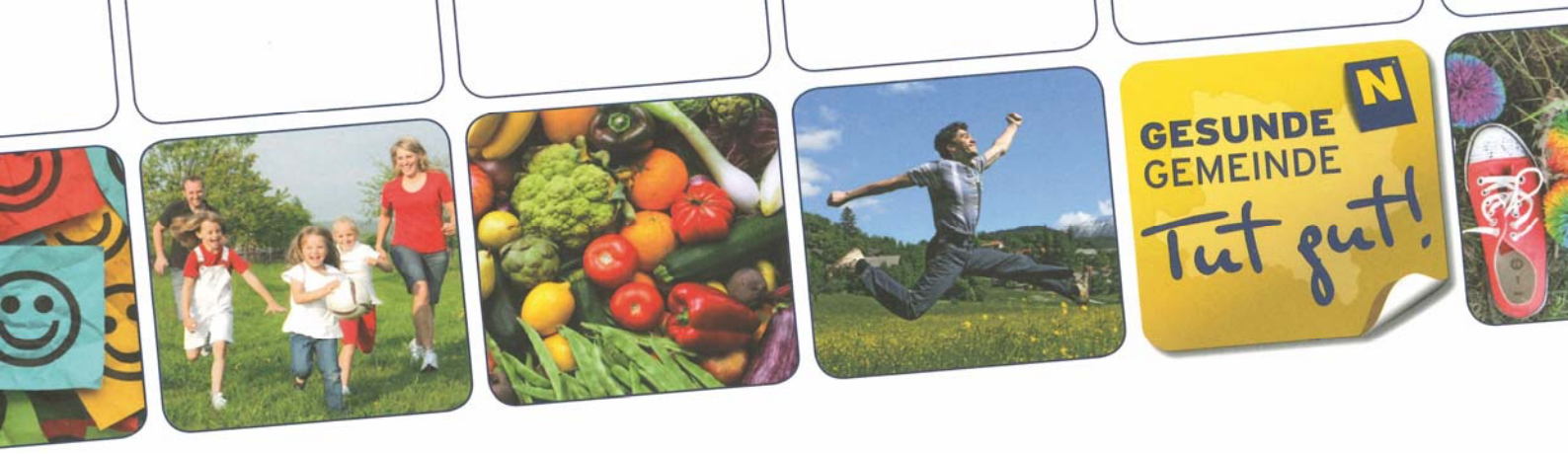

Selbstbewusster & Selbstbestimmter

Selbstverteidigung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

by Thomas Katzensteiner

Kein Kampfsport, kein Fitnesstraining, sondern leicht erlernbare Selbstverteidigung abgestimmt auf Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Wann:

10. März 2018, im Bewegungsraum des Kindergarten I, Rathausplatz 2, 3361
09.00 Uhr – 12.00 Uhr für die Altersgruppe 6 – 10 jährige
13.00 Uhr – 16.00 Uhr für die Altersgruppe 10 – 14 jährige

12. März 2018, im Bewegungsraum des Kindergarten I, Rathausplatz 2, 3361
19.00 Uhr – 22.00 Uhr für Erwachsene

150 Minuten Selbstverteidigung mit Deeskalation, Selbstschutz, Verhalten im Ernstfall und das Erlernen von einfachen Verteidigungstechniken – für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, EUR 25,00 pro Teilnehmer

Anmeldung:

Bis spätestens Freitag, 02. März 2018 am Gemeindeamt bei Christine Halbmayr bei gleichzeitiger Entrichtung des Kursbeitrages.

GEMEINDE ASCHBACH-MARKT

Thomas Katzensteiner
Diplomierter Kampfkunsttrainer
Diplomierter Hypnosetrainer
Tel. + 43 (0) 676 400 99 18
WWW.NIKATO.AT

GESUNDES ASCHBACH-MARKT
www.gesundesnoe.at