

Selbstverteidigung

Einsteigerkurs
für Jugendliche & Erwachsene



- bedrohliche Situationen erkennen und vermeiden
- Verteidigung gegen Übergriffe
- Abwehr von Schlag- und Trittangriffen
- Selbstverteidigung gegen mehrere Angreifer
- Verteidigung gegen einfache Waffen
- Deeskalation

Anmeldung: bis 19.01.2018
per E-Mail unter
info@ac-weinheim.de
oder
per Telefon unter
0 62 01 / 2 59 05 - 0

Kursinfo: 10 Wochen
Montags 19 – 20:30 Uhr im Kinderland
Freitags 18:30 – 20 Uhr im Dojo

Trainer: Thomas Acemyan B-Trainer
Breitensport Selbstverteidigung

Start: 26.01.2018

Gebühr: Nichtmitglieder: 40.- Euro
AC-Mitglieder: kostenlos

Veranstalter: Karate Abteilung des AC-Weinheim

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!