

Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Frauen beim Taekwondo Club Schleiden



In einem 10 x 1,5 Stunden umfassenden Kurs wird unter der Leitung von Vera Schmitz, die durch den LSB qualifizierte Trainerin für Selbstverteidigung und Selbstbehauptung ist, mit den Teilnehmerinnen die Kunst der waffenlosen Selbstverteidigung und die Fähigkeit der verbalen Konfliktvermeidung trainiert.

Termine: immer Freitags, ab dem 5. Mai 2017
Uhrzeit: 17:⁰⁰ bis 18:³⁰ Uhr
Kosten: 60,00 € p.P.
Ort: Gemünd, Turnhalle Berenauel (über dem Freibad)

Der Kurs ist auf 16 Teilnehmerinnen ab 18 Jahren begrenzt, daher bitten wir um telefonische Anmeldung bei **Vera Schmitz** unter Tel.: **02444-912822**.