

Selbstverteidigungsseminar: Selbstverteidigung für Frauen

Selbstverteidigung für Frauen am 8.4.2018

TV Turnhalle Flieden
14.00 Uhr bis 17.00 Uhr.

Mindestalter 15 Jahre!

Anmeldung bis zum 2.4.2018
an: f.bagus@gmx.de

Kosten: 20 € pro Person

Effektive Selbstverteidigung für Frauen

In diesem Seminar werden Verhaltensweisen und Inhalte vermittelt, die besonders für Frauen geeignet sind. Es werden Techniken gegen Bedrohungen und Übergriffe, sowie Situationen in der Bodenlage thematisiert und Verteidigungstechniken geübt.

Referent ist Florian Bagus,
Krav Maga Instructor • Graduate Level 5 Krav Maga • 4. Dan Judo

**KRAV
MAGA**
TV FLIEDEN

