

Sicherheitstag

mit einem Profi

2 tlg. Selbstbehauptungskurs



Fr 28. Juni 2024
und Auffrischung **Fr 6. Sep 2024**

Gruppe A für Altersgruppe 6 - 10 Jahren

Termin/Zeit:

Fr 28. Juni **14:00 - 17:00** Uhr und
6. Sep 14:00 - 15:40 Uhr

Inhalt:

Selbstbewusstes Auftreten, Schärfen der Sinne, optimaler Stand, Koordinationsübungen, Präventives Verhalten am Schulweg mit praktischen Übungen.

Bitte eigene Schultasche mitbringen!
Bei Schlechtwetter geeignete Bekleidung!



Gruppe B für Altersgruppe 11 - 99 Jahren

Termin/Zeit:

Fr 28. Juni **17:30 - 21:00** Uhr und
6. Sep 16:00 - 17:40 Uhr

Inhalt:

Aufrechte Körperhaltung, selbstbewusstes Auftreten, Selbstverteidigungstechniken, Anwendung von Hilfsmittel, Pfefferspray, Messerabwehr, Situationstraining



Quelle: swen-gruber.com
mit Sicherheitsprofi
Markus Schimpl
FdSc Security and
Management Consultant

Zeit: Fr 28. Juni 2024
und Auffrischung Fr 6. Sep 2024

Ort: Bezirkssporthalle Rohrbach

Kosten: 55,- Euro (inkl Kursunterlagen)
pro Person für beide Termine

Anmeldung bis

Do 20. Juni 2024

per SMS mit Text!
0664 88226741

Anmeldung per SMS mit folgendem Text:

Gruppe **A** oder **B** / Name Kind bzw Teilnehmer*in / Schule / Alter / Tel.Nr.

Frauen Netzwerk Rohrbach, Stadtplatz 16/2, 4150 Rohrbach-Berg 07289 6655 www.frauen-netzwerk-rohrbach.org

