

Selbstbehauptung & Selbstverteidigung

WenDO Workshop für Mädchen von 10-12 Jahre



**Jetzt
kostenlos
anmelden!**
stoiber@stadt.kufstein.at
0664 88 53 0116

Grenzen einfordern, behaupten & verteidigen!

SA 21. / SO 22. September · jeweils von 10-16 Uhr · Bewegungsraum MS 1 Kufstein



JUGENDGEMEINDERAT
KUFSTEIN

K
KUFSTEIN
erobert Herzen

Selbstbehauptung & Selbstverteidigung

WenDO Workshop für Mädchen von 10-12 Jahre

WORUM GEHT'S?

Die Fähigkeit zu erlernen gegen blöde Sprüche, Anmache und körperliche Angriffe die eigenen Grenzen einzufordern, behaupten und zu verteidigen.

WenDO ist eine speziell für Mädchen und Frauen entwickelte Methode zur Selbstbehauptung und Selbstverteidigung.

Ziel = Gewaltprävention

Wie kann ich Gefahren erkennen?

Wie kann ich Gefahren abwenden?

Wie verhalte ich mich in einer Gefahrensituation?

Wie vermeide ich Gefahrensituationen?

Was ist Selbstbehauptung, wann brauche ich sie und wie setze ich sie ein?

WANN & WO

21. | 22. September 2024, jeweils von 10-16 Uhr

Bewegungsraum Mittelschule 1 Kufstein, Eingang neben Polytechnischer Schule;
Richtung Otto Lasne-Straße

MELDE DICH JETZT AN!

Harald Stoiber: stoiber@stadt.kufstein.at oder 0664 88 53 0116

GUT ZU WISSEN

Der Kurs wird von der *WenDO* Trainerin Mag.a Derya Nonnato angeleitet.
Bitte warme Socken, bequeme Kleidung und Jause mitbringen.