

Selbstverteidigungsschule KH Tübingen



Mädchen und Frauen
Selbstschutz +
Selbstverteidigung
Intensivseminar an 3 Tagen

„Die eine wartet, dass die Zeit sich wandelt, die andere packt sie kräftig an und handelt.“

Veranstaltungsort: Seminarraum der Kreishandwerkerschaft Im Handwerkerpark 1 72070 Tübingen

Zeiten: Donnerstag 13.12.2018 18.00 – 21.00 Uhr
Samstag 15.12.2018 11.00 – 14.00 Uhr
Sonntag 16.12.2018 11.00 – 14.00 Uhr

Leitung/Dozent: Karlheinz Heppe Lehrer für Selbstverteidigung mit 30-jähriger Erfahrung

Teilnehmer: Kurs-Nr. 183 PDF Mädchen und Frauen ab 15 Jahren
Teilnehmerinnen unter 18 Jahren müssen durch einen Erziehungsberechtigten angemeldet werden.

Teilnahmebedingungen: AGB + mit Teilnehmerbescheinigung. Wird nach Zahlungseingang zugestellt

Kursgebühr: 120,- €uro incl. MWST zahlbar bei Anmeldung oder per Überweisung
Anmeldung: per e-mail oder schriftlich

Bekleidung: Legere Freizeitkleidung, Indoorschuhe, Getränke bitte mitbringen

Vorkenntnisse: keine erforderlich

Voraussetzungen: Normale körperliche Konstitution

Kursbeschreibung: Grundlagenkurs - Basics – effektive Selbstverteidigung und Selbstschutzmaßnahmen in einer idealen Mischung aus Theorie und Praxis. Während der realistischen Herangehensweise in den praktischen Teilen **werden Sie in diesem Seminar erkennen**, dass Sie überhaupt nicht so hilflos sind wie es scheint. Gerne werden individuelle Wünsche und Anregungen berücksichtigt, eine aktive Mitarbeit ist ausdrücklich erwünscht.

Anfahrt / Parken: Parkmöglichkeiten vorhanden
mit dem Bus Linie 16, Ausstiegsstelle Hasenbühl