



SELBSTVERTEIDIGUNGSKURS

für Mädels von 14 bis 99 Jahren

KURSINHALTE

- Erkennen & Vermeiden von Gewalt
 - Selbstbehauptung & Selbstverteidigung
 - Stressbewältigung & Reaktionsfähigkeit
 - Real Training
- Kosten: 80 €

WO?

Sportpark
Am Sportplatz 1
83098 Brannenburg

WANN?

Freitags
20.02. - 27.03.2026
18:30 - 20:00 Uhr

Mit Christina Andrich und Isabelle Punzet

MELDE DICH AN!



Telefon 08034 309912

E-Mail kontakt@selbstbehauptung.info

Web www.selbstbehauptung.info

