



SELBSTVERTEIDIGUNGSKURS

für Mädels von 14 bis 99 Jahren

KUR SINHALTE

- 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

