



SELBSTBEHAUPTUNG / SELBSTVERTEIDIGUNG FÜR MÄDCHEN

„stark – sicher – selbstbewusst“

Du willst lernen, wie du dich richtig verteidigst?

Du willst dein Selbstbewusstsein aufpolieren und nicht länger das Mauerblümchen sein? Dann bist du hier genau richtig!

Das Seminar ist zum Erlernen und Vertiefen der Grundkenntnisse der Selbstbehauptung und Selbstverteidigung. Lerne dich selbst und deine Stärken kennen und einschätzen.

Erkenne Gefahren rechtzeitig und handele selbstbewusst. Wir werden nachdenken und üben, aber auch viel Spaß und Grund zum Lachen haben.

Die inhaltliche Leitung hat Frau Michaela Rohé vom Karate Dojo Schönenberg e.V..

Das Wochenendseminar wird vom Kreisjugendring Kusel e.V., der Sportjugend und der Evang. Jugendzentrale veranstaltet.

WANN

28. Februar – 01. März 2020

WO

Musikantenland Jugendherberge
66871 Thallichtenberg

FÜR WEN

Mädchen von 11 – 13 Jahren

KOSTEN

20,- €

LEISTUNGEN

Übernachtung, Verpflegung, Programm

ANMELDUNG

bis 14. Februar 2020

unter dem Stichwort

„Selbstverteidigung“

neu: auch online möglich

Gefördert vom



im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie *leben!*

KUSel
Kreisjugendring Kusel e.V.