

Kids-Kurs im TSV Kleinsachsenheim „Selbstbehauptung & Selbstverteidigung“

- für Grundschul Kinder 7-11 Jahre -

- Kursbeginn:** Mittwoch 26. September 2018
Kursumfang: 4 x 60 Minuten
Kurstage: 26.09. , 10.10. ,17.10. ,24.10.
Uhrzeit: 16.00 bis 17.00 Uhr
Kursort: Mehrzweckhalle Kleinsachsenheim
(Eingang vom Sporthallenparkplatz aus rechte Seite = Seiteneingang)
Gesamtgebühr: Mitglieder 25.-€ / Nichtmitglieder 32.-€ (incl. Selbstverteidigungsfilbel + Urkunde)

Wir erlernen die Grundlagen für eine selbstbewusste Körperhaltung, spüren unsere Grenzen, üben einfache Verteidigungsgriffe, trainieren das richtige Fallen, treten und schlagen auf Pratzen, machen praktische Partnerübungen und kommen zu einer realistischen Einschätzung unserer eigenen Kräfte.

Auch Rollen- und Konzentrationsspiele kommen unserem Kurs nicht zu kurz.

Zum Abschluss des Kurses bekommt jeder Teilnehmer eine Selbstverteidigungsfilbel und eine Teilnehmerurkunde (*im Kurspreis enthalten*).

Die ausgebildeten Lehrerinnen für Selbstverteidigung und Gesundheitssport sind für diesen Kurs:
Melanie Schneeweis und Manuela Schock.
Wir üben keinen Kampfsport!

Mitzubringen sind bequeme Sportbekleidung, Hallenschuhe und etwas zum Trinken (keine Glasflaschen oder süßen Getränke).

Das Anmeldeformular bitte vollständig ausfüllen und vor Kursbeginn bei den Trainerinnen oder auf der TSV – Geschäftsstelle abgeben.

Sofern Sie keine Rückmeldung erhalten, ist Ihr Kind verbindlich für den Kurs angemeldet. Zuteilung nach Eingang der Anmeldungen.

Die Kursgebühr wird am 1. Kurstag in Bar von den Trainerinnen eingesammelt.

Teilnehmerzahl ist begrenzt!!



Verbindliche Anmeldung für Selbstverteidigung – Selbstbehauptung

Grundschul Kinder - Kursbeginn: 26. September 2018

Name: _____

Vorname: _____

Geb.-Dat.: _____

Datum, Unterschrift

Telefon: _____

E-Mail: _____

Mitglied TSV/TVG kein Mitglied