

„WenDo- Selbstbehauptung / Selbstverteidigung für Mädchen“ Auf die Dauer hilft nur Power...

... blöde Anmache auf dem Schulhof oder im Bus, Angst auf dem Nachhauseweg, komische Gefühle im Bauch oder Wut – und keine Idee, wie du damit umgehen oder dich wehren kannst?!

Hast Du Lust, Dich mit WenDo – einem Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungstraining, welches speziell von Frauen für Mädchen und Frauen entwickelt wurde, zu beschäftigen und gemeinsam mit anderen Mädchen eine schöne Zeit zu haben? Du kannst lernen, Dich mit einfachen und wirksamen Techniken zu verteidigen, unangenehme Situationen besser einzuschätzen und besser zu bewältigen. Du kannst Deine eigenen Stärken entdecken, und lernen ihnen zu vertrauen.

Sportlichkeit ist dabei keine Voraussetzung.

Datum/Zeiten: 22. & 23.10.2019 jeweils 10.00 – 14.30 Uhr (inkl. Pausen)

Teilnehmerinnen: Jugendliche Mädchen aus den Vereinen, 13-18 Jahre

Anzahl TNinnen: mindestens 6, maximal 14 Teilnehmerinnen

Veranstaltungsort: Kreissportbund Mittelsachsen e.V. Lehrgangsraum Karl-Kegel
Straße 75, Freiberg

Referentin:

Mitarbeiterin der Beratungs- und Informationsstelle
WILDWASSER Chemnitz, Erzgebirge und Umland e.V.
WenDo-Trainerin / Sozialpädagogin

Es entstehen keine Kosten für die Teilnahme am Kurs.

Der Organisator kann wegen mangelnder Beteiligung, Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl oder durch Ausfall des Referenten die Fortbildung vor Beginn streichen. Änderungen vorbehalten.