

MOTIVATION FAIRNESS

TEAMGEIST | LUST AUF SPORT



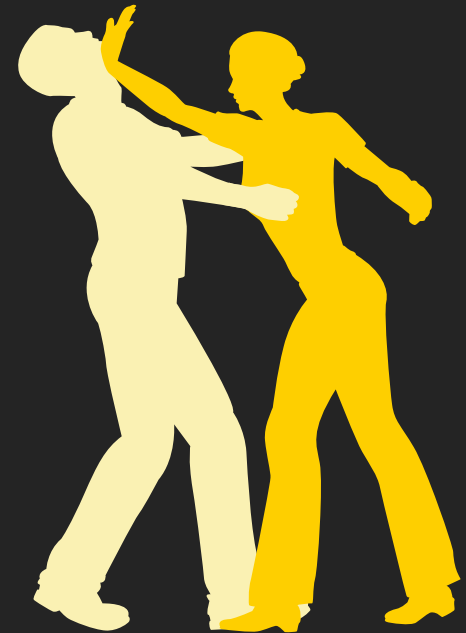
SELBSTVERTEIDIGUNG

BASIS- & SCHNUPPERKURS

- ✓ Basiswissen & § Recht der SV
- ✓ Deeskalation von Angriffen
- ✓ Basis Schlag- & Tritttechniken
- ✓ SV in Stress- und Notsituationen
- ✓ Positionierung in Konfliktsituationen
- ✓ Abwehr von Schlägen und Folgetechniken
- ✓ Einblick in das fortlaufende Training

Am 30.12.2023 | 09:30 Uhr

Kiem-Pauli-Str. 2, 1. Stock, Schongau
Kursdauer: ca. 4 Stunden inkl. Pause



Melde Dich jetzt an!

20 € für TSV Schongau Mitglieder

30 € ohne TSV Schongau Mitgliedschaft

Anmeldung unter: info@crossdefense-schongau.de

**limitierte Teilnehmerplätze*

Mitzubringen!

Sportsachen | Wechselklamotten

Hallenturnschuhe oder Barfuß | Socken

Handtuch | Essen & Trinken

