

## **Selbstverteidigungskurs für Kindergartenkinder** **Mama – Papa – Kind (ab 4 Jahren)**

Ihr Kind lernt gemeinsam mit Ihnen:  
Worauf kommt es bei effektiver Selbstbehauptung an?  
Wie verhalte ich mich richtig in Streitsituationen?  
Wie kann ich mich angemessen und wirkungsvoll verteidigen?

Auch Sie als Eltern können persönlich von den Inhalten profitieren!  
Ein großer Mehrwert dieses Eltern-Kind-Kurses ist, dass Sie gemeinsam mit  
Ihrem Kind die gelernten Inhalte zu Hause regelmäßig weiter üben und somit  
festigen können!

**Start: 5. März 2024**

**14:30 Uhr (Dauer ca. 50 Minuten)**

**10 Einheiten (Möglichkeit auf ganzjährige Weiterführung bei Interesse)**

**Wo: Gymnastikraum im Alten Kindergarten**  
**Schottengasse 4**

**Kosten: EUR 139,00**

**Schnupperstunde: EUR 15,00**

die Schnupperstunde ist die 1. Stunde und wird bei Kursteilnahme auf  
den Kursbeitrag angerechnet

**Kursleiterin: Caroline Völk**  
**Wing Tsun Übungsleiterin**  
**Fachtrainerin für Frauenselbstverteidigung**  
**Fachtrainerin für Kinder Wing Tsun**  
**Fachtrainerin für Gewaltprävention**

**mitzubringen sind bequeme Kleidung und etwas zu trinken**

Anmeldung bis 26. Februar 2024 per Mail – [gesundes.pulkau@gmail.com](mailto:gesundes.pulkau@gmail.com)

bei der Anmeldung bitte auch das Alter des Kindes angeben