

Am
02. Februar 2019
Selbstverteidigung

Halt,
Stopp!

**Wer Selbstvertrauen hat,
kann selbstbewusster
durch den Alltag gehen.**

KURSIINHALT

- Verteidigung bei Handgreiflichkeiten
- kleine Waffenkunde (Kubotan, Kugelschreiber ...)



10 Jahre Teikojutsu
2007-2017

Trainer: Olaf Laur 4. Dan Teikojutsu
Kyusho Jitsu 1. Dan
Trainerzertifikat Power ohne Wut
Jiu Jitsu (Domrös Style)
Bukido (Domrös Style)

Die Teikojutsu Sparte des TSV-Dahme e.V. bietet einen Selbstverteidigungskurs für Kinder ab 8 Jahren, Jugendliche und Erwachsene an.

Trainiert wird den **Samstag von 14:00 Uhr bis 18:00 Uhr.**

WO: in der Sporthalle des TSV-Dahme, Waldstraße 37, 23747 Dahme

Die Kursgebühr beträgt pro Person 10,- €.

Anmeldungen erfolgen per E-Mail unter: olaf@teikojutsu.de
per WhatsApp oder Telefon 0172/4149581.

