



## „Nicht mit mir!“

### Einsteigertraining Selbstbehauptung & Gewaltprävention für Kinder von 5 bis 8 Jahre

Die Abteilung Ju-Jutsu des PSV Konstanz bietet Kindern einen Anfängerkurs für Ju-Jutsu und Selbstverteidigung an.

- Gefahrenbewusstsein
- Prävention
- Erkennen und Vermeiden bedrohlicher Situationen
- Selbstbehauptung Flucht und Hilfe
- Körperliche Verteidigung und Verteidigungstechnik

Die Inhalte des Trainings richten sich nach dem Programm des DJJV „Nicht mit mir!“ und soll den Kindern das Bewusstsein für Gefahrensituationen, Selbstbehauptung in Konfliktsituationen und einfache körperliche Verteidigungstechniken näherbringen.

Dennoch darf auch der Spaß nicht zu kurz kommen, die Freude an der Bewegung und Koordination werden trainiert.

**Start:** 23.09.2019

**Wann:** immer montags von 17.00 bis 18.15 Uhr  
Treffpunkt 16:45 Uhr vor dem Dojo an der Stahlterrasse

**Trainingsort:** Gottlieb-Daimler-Straße 7, 78462 Konstanz

**Trainer:** Jörg Peter

Gebühr für 8 Schnupperwochen 25 Euro.

**Anmeldung und Infos:** Hansi Jackisch, 0176 / 544 16242 oder  
jujutsu@psv-konstanz.de