

Selbstverteidigung & Selbstbehauptung

für Frauen beim Polizei-Sportverein Konstanz e.V.

Kursinhalte:

- Prävention
- Gefahren erkennen
- Konflikte vermeiden
- Selbstbehauptung
- Sicher Auftreten
- Effektiv verteidigen durch einfache Techniken



Start neuer Kurs: 18.09.2023, 19.00 bis 20.30 Uhr

Kursdauer: 8 Abende (weitere Termine: 25.09., 09.10., 16.10., 30.10., 06.11., 13.11. (Dauer an diesem Abend 19 bis ca. 22 Uhr), 20.11.2023

Ort: Gottlieb-Daimlerstraße 7 / KN

Kosten: 110,-

Anmeldung und Info:

Hansi Jackisch 0176 544 16242

frauenselbstverteidigung@psv-konstanz.de

www.psv-konstanz.de



QR-Code

