



Selbstverteidigung für Mädchen 4.-6.Klasse

Ferienkurs 14.-16.02.2021 9-12:00



- ✓ Laut und klar Nein sagen
- ✓ Deine Stärken kennen lernen
- ✓ Deine Grenzen erkennen, Deine Grenzen setzen
- ✓ Selbstbewusst auftreten und für Dich einstehen
- ✓ Auf spielerische Art Selbstverteidigungstechniken lernen
- ✓ Selbstverteidigungstechniken wirkungsvoll einsetzen

Daten: Montag 14.02 & Dienstag 15.02. & Mittwoch 16.02.2022 (3x3h)

Wann: 09:00 - 12:00 Uhr

Wo: GZ Buchegg, Kellersaal, Bucheggstrasse 93, 8057 Zürich

Kosten: CHF 130.- Der Kurs wird von der Stadt Zürich subventioniert
Kulturlegi auf Anfrage

Leitung Sabina Teuscher
Komplementärtherapeutin Kinesiologie
Pallas Trainerin

Anmeldung sabinateuscher@bluewin.ch
www.sabina-teuscher.ch/kontakt
079 293 04 02

Anmeldeschluss 09.Februar 2022

⇒ Versicherung ist Sache der Teilnehmerin

⇒ Bei Absagen nach Anmeldeschluss / nicht Teilnahme am Kurs wird die volle Kursgebühr verrechnet.

SV Kurs GZ Buchegg 4.-6. Klasse, 14.-16.02.2022, 9-12:00, Anmeldeschluss 09.02.2022

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ, Ort _____

E-Mail Anmeldebestätigung _____

Schulklasse _____

Unterschrift der Eltern _____

Geb. Datum _____

Anmelden: KomplementärTherapie Kinesiologie, Sabina Teuscher, Hagenholzstrasse 82, 8050 Zürich
sabinateuscher@bluewin.ch