

Selbstverteidigung für Mädchen 1. – 3.Klasse



- ✓ 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

Wann:	Mittwoch 16:00– 18:15
Daten:	11. / 18. / 25. Januar & 01. / 08. Februar 2023 (5x)
Wo:	Gemeinschaftszentrum Affoltern, Bodenacker 25, 8046 Zürich
Kosten:	CHF 130.- Der Kurs wird von der Stadt Zürich subventioniert Kulturlegi auf Anfrage
Leitung	Sabina Teuscher KomplementärTherapeutin OdA KT, Kinesiologie Pallas Trainerin
Anmeldung	sabinateuscher@bluewin.ch www.sabina-teuscher.ch/kontakt 079 293 04 02

Anmeldeschluss Donnerstag 22. Dezember 2022

⇒ Versicherung ist Sache der Teilnehmerin
⇒ Bei Absagen nach Anmeldeschluss / nicht Teilnahme am Kurs wird die volle Kursgebühr verrechnet.

SV Kurs GZ Affoltern, 11.01.- 08.02.2023, Anmeldeschluss 22.12.2022

Name _____ Vorname _____

Strasse _____ PLZ, Ort _____

Telefon _____ Geb. Datum _____

E-Mail _____

Unterschrift der Eltern _____

Anmelden: KomplementärTherapie Kinesiologie, Sabina Teuscher, Hagenholzstrasse 82, 8050 Zürich
sabinateuscher@bluewin.ch / www.sabina-teuscher.ch/kontakt