

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: 05.05.2025, montags, 19.00 bis 20.30 Uhr (weitere Termine: 12.05.; 19.05.; 26.05.; 02.06.; 16.06.; 23.06.(bis ca. 22 Uhr); 30.06.)

Kursdauer: 8 Abende

Ort: Dojo, Gottlieb-Daimlerstraße 7 / KN

Kosten: 115,-

Anmeldung und Info:

Hansi Jackisch 0176 544 16242

frauenselbstverteidigung@psv-konstanz.de

www.psv-konstanz.de

