



Dieses besondere Angebot kombiniert Methoden der Selbstverteidigung mit Bewegungsübungen. Lasst Euch in unseren Wochenendkursen professionell ohne Fallübungen von unserer Gewaltpräventionstrainerin Gudrun Zinke anleiten.

Wo: Begegnungszentrum Plauener Straße 23 A
Uhrzeit: 10:00-15:00 Uhr
Basiskurs: Sa, 04.03.2023 und So, 05.03.2023
Basiskurs: Sa, 06.05.2023 und So, 07.05.2023
Aufbaukurs: Sa, 03.06.2023 und So, 04.06.2023
Kurskosten: 30,00 €
Vereinsmitglieder zahlen 15,00 €

Informationen und Anmeldungen ab sofort bei:
Gudrun Zinke, Tel.: 640 43 74 - AB