



A Selbstbehauptungskurs für die Altersgruppen 6-10Lj.

Kursdauer: Gesamt 4 Unterrichtseinheiten(UE)+ 2 UE

Auffrischung mit einem Kurspreis von **einmalig**

€ 45,- inklusive MwSt. Gesamtbetrag ist bei Kursbeginn mitzubringen!

Zeitpunkt: Samstag 21.09.2019 14:00-17:00 Uhr **und**
Samstag 29.02.2020 14:00-15:40 Uhr

Treffpunkt: **Haupteingang der Turnerschaft Deutschlandsberg**
(Kurs findet im Nahbereich der Halle statt)

Kursinhalt: Selbstbewusstes Auftreten, Schärfen der Sinne, optimaler Stand, Koordinationsübungen, Präventives Verhalten am Schulweg (praktische Übungen am Schulweg). Bitte bei Schlechtwetter geeignete Bekleidung!

B Selbstschutzkurs für die Altersgruppen 11-99Lj.

Kursdauer: Gesamt 5 Unterrichtseinheiten mit einem Kurspreis von **einmalig € 45,- inklusive MwSt.** Gesamtbetrag ist bei Kursbeginn mitzubringen!

Zeitpunkt: Samstag 21.09.2019 08:30-12:30 Uhr

Treffpunkt: **Haupteingang der Turnerschaft Deutschlandsberg**

Kursinhalt: Aufrechte Körperhaltung, selbstbewusstes Auftreten, Selbstverteidigungstechniken,... Anwendung von Hilfsmittel, Messerabwehr, Pfeffersprayanwendung

Kursleiter/Vortragender : Markus Schimpl, FdSc Security and Management Consultant
closeprotection.at Schimpl KG,
Sicherheitsgewerbe (Bewachungsgewerbe und Personenschutz)

Anmeldung bitte per SMS je TeilnehmerIn an 0664/5668863 bis spätestens
Freitag 20.September 12:00 **Uhr** mit folgendem Inhalt!

>>>A - B/ Name / Schule-Alter/ Telefonnummer<<<

