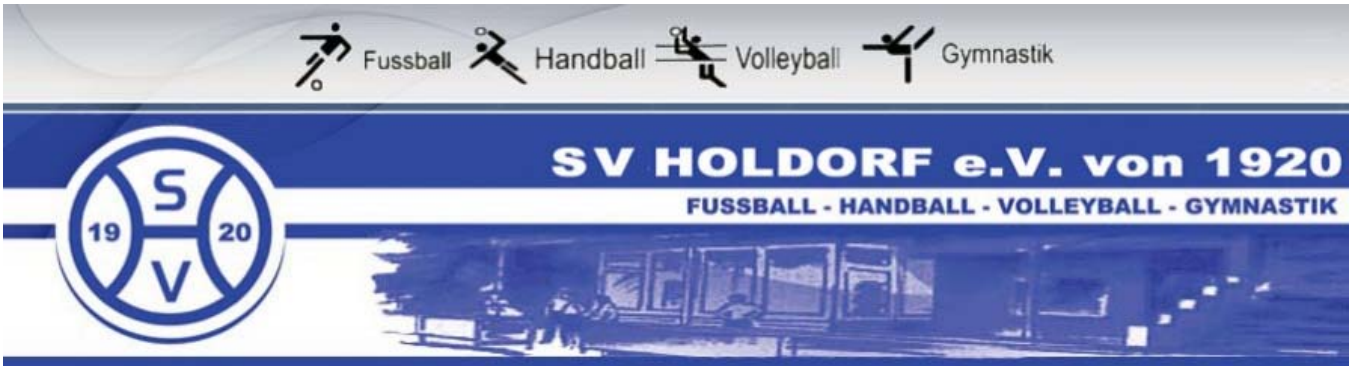

NEU! NEU! NEU! NEU! NEU!

Hallo liebe Eltern,

Kampfsportarten und Selbstverteidigungskurse liegen im Trend. Immer mehr davon zielen speziell auf Kinder ab, zunehmend auch auf Mädchen. Damit Ihr Kind bei einem Angriff die richtige Vorgehensweise beherrscht, kann es dies in einem guten Selbstverteidigungskurs erlernen.

Da die Nachfrage in Holdorf sehr groß ist, möchte ich einen
Selbstverteidigungs-, Selbstbehauptungskurs
anbieten.

Folgende Schwerpunkte werden vermittelt:

- Spielerisches, taktisches Aufwärmtraining
- Dehnung der Muskulatur
- Stärkung des Selbstbewusstseins (durch viele Übungen und Spiele)
- Aggressionsabbau durch Kampfschrei und Schlagpolsterübungen
- Kopftraining, in dem die Kinder vieles selbst entscheiden werden wie Sie es richtig machen
- Mut, sich zu wehren und üben „Nein“ zu sagen
- theoretische und praktische Abschlussprüfung (kleine Abfrage, was die Kinder gelernt haben).

Fortlaufende Kurse

Beginn des 1. Kurses ist der 05.04.2011. Dieser dauert bis zum 24.05.11.
2. Kurs: 31.05.2011 bis 19.07.2011
weitere Kurse nach den Sommerferien!

Uhrzeit: Dienstags: 14.30 -15.30 Uhr Kinder im Alter von 6 - 9 Jahre
15.30 -16.30 Uhr Kinder im Alter von 10 - 13 Jahren
Achtung! Die Anzahl der Teilnehmer ist begrenzt!

Kursort: neue Gymnastikhalle des SV Holdorf
Kursdauer: **8 Wochen**
Kursgebühr: **40,00 €** für Vereinsmitglieder / **50,00 €** für Nichtmitglieder

Bei Interesse melden Sie sich bitte unter folgender **Telefonnummer: 05494/980958**.

Ich bedanke mich und verbleibe

mit freundlichen Grüßen
Waldemar Eichhorst