

KRAV MAGA



Frauenselbstverteidigungskurs des TuS Felde e.V.

„Wenn Du nicht stark bist, sei klug“

Wer nach dieser alten chinesischen Weisheit handelt, sollte im Idealfall einer Auseinandersetzung mit einem körperlich überlegenen Gegner besser aus dem Wege gehen. Da dies jedoch nicht immer möglich ist und gewalttätige Menschen sich meist schwächere Opfer suchen, entwickelten sich bereits in frühen Kulturen „kluge“ Antworten auf Angriffe in Form von Kampfkünsten und effektiven Techniken zur Selbstverteidigung.

KRAV MAGA gilt als Selbstverteidigungssystem der Neuzeit, basiert auf natürlichen Reflexen, lässt sich schnell erlernen und in Gefahrensituationen abrufen. In einem 3,5 stündigen Kurs werden speziell für Frauen Abwehrtechniken vermittelt, die sich bei körperlichen Angriffen anwenden lassen.

Ort: Turnhalle Felde

Termin: 22. Mai 2016

Beginn: 10 Uhr

Kosten Vereinsmitglieder: 35 € / Externe: 40 €

Anmeldung unter Telefon: 0152 013 89 241; krav-maga-konzept@web.de

Mitzubringen: abriebfeste Hallenschuhe und Sportbekleidung