

EWTO WingTsun Schule von Frauen für Frauen und Mädchen

Schule für Kampfkunst, Selbstverteidigung und Selbstbehauptung
Studio: Sickingenstr. 10, 2. Stock; Frabrik Chasalla

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Mädchen ab 10 - 14 Jahren

Jedes Mädchen kann lernen sich selbst zu schützen!

In diesem Kurs wird den Mädchen angemessenes Verhalten für Streitsituationen und für (alltäglichen) Grenzüberschreitungen vermittelt

Sei es in der Schule, bei Fremdtätern oder mit Menschen aus ihrem sozialen Umfeld.

Wir üben den Einsatz der Stimme und der Körpersprache und finden individuelle Lösungen in der Selbstbehauptung und in der Selbstverteidigung. Es werden reale Situationen aus dem Alltag der Mädchen aufgegriffen und Verhaltensweisen (ein)geübt die sie im Ernstfall befähigen angemessen zu handeln. Gewaltprävention bedeutet eine Situation frühzeitig zu erkennen und zu stoppen bevor sie eskaliert.

Inhalte dieses Kurses werden sein:

- Signale frühzeitig erkennen
- Das innere Warnsystem stärken
- Körper und Stimme wirkungsvoll einsetzen
- Einfache, effiziente Selbstverteidigungstechniken

Ort:

WingTsun Schule von Frauen, für Frauen und Mädchen
Sickingenstrasse 10
34119 Kassel
2. Etage

Zeit:

Montag, 30. März 2026 (erster Osterferientag)
10 Uhr bis 14 Uhr

Gebühr:

Kursgebühr 59 €

Kontakt:

www.wingtsun-kassel.de
Sabine Mackrodt
Telefon-Nr.: 0561 -15091
info@wingtsun-kassel.de

Die Plätze für diesen Kurs sind begrenzt und werden nach Eingang der Anmeldungen vergeben.

Bitte unbedingt mitbringen:

- ☐ bequeme Kleidung
- ☐ saubere Turnschuhe
- ☐ Snacks und Getränke für die kurzen Pausen

Bankverbindung: Volksbank Kassel Göttingen
IBAN: DE38 5209 0000 0012 8992 03; BIC: GENODE51K51

Anmeldung:

Seminar „Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen ab 10 - 14 Jahren

Hiermit melde ich mich

Geburtsdatum

.....
Vor- und Familienname

.....
Straße Postleitzahl, Ort

.....
Telefon-Nr. / Mailadresse

verbindlich zu folgendem Kurs an:

(Bitte ☐ ankreuzen!)

☐ 1) **Kompaktkurs: „Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Mädchen“**

Montag (Osterferien), 30. März 2026, 10 Uhr bis 14 Uhr

Selbstverantwortung:

Meine Tochter nimmt selbstverantwortlich und auf eigene Gefahr an dem Kurs „Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Mädchen“ teil.

Gebühr:

Kursgebühr 59 €

☐ Ich überweise die Gebühr

in Höhe von 59 €, spätestens 8 Tage vor Kursbeginn

Kontoverbindung:

Sabine Mackrodt, Volksbank Kassel Göttingen eG

IBAN: DE38 5209 0000 0012 8992 03

BIC: GENODE51KS1

☐ Ich zahle per Lastschrift

Bankverbindung:

Inhaberin: _____

IBAN: DE _____

BIC: _____

Unterschrift/Datum: _____

Rücktrittsbedingungen:

Bei Rücktritt bis 10 Werktage vor Trainingsbeginn, wird eine Bearbeitungsgebühr von 15 Euro berechnet, danach wird die gesamte Kursgebühr fällig, außer es finden sich eine Ersatzteilnehmerin

Ort/Datum Unterschrift