

EWTO WingTsun Schule von Frauen für Frauen und Mädchen

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

Kompaktkurs: Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen, ab 15 Jahren

Dieser Kurs wendet sich an Frauen die lernen wollen in beängstigenden und bedrohlichen Situationen handlungsfähig zu bleiben und sich auch in eskalierenden Situationen zu behaupten.

Gewaltprävention bedeutet grenzüberschreitende Situationen jeglicher Art frühzeitig zu erkennen und ihnen sofort und angemessen zu begegnen um diese Eskalation zu verhindern. Selbstbehauptung/Selbstverteidigung heißt, auszusteigen aus der Opferhaltung und für die eigenen Wünsche, Bedürfnisse und Grenzen Verantwortung zu übernehmen.

Inhalte dieses Kurses werden sein:

- Informationen über (alltägliche) Gewalt
- Signale frühzeitig erkennen
- Das innere Warnsystem ernst nehmen und nutzen
- Körper und Stimme wirkungsvoll einsetzen
- Einfache, effiziente Selbstverteidigungstechniken

Ort:

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

Zeit:

Samstag, 30. Januar 2027
10 Uhr bis 14 Uhr

Gebühr:

Trainingsgebühr 69 € Grundgebühr

Kontakt:

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

Bitte unbedingt mitbringen:

- ☐ bequeme Kleidung
- ☐ saubere Turnschuhe
- ☐ Snacks und Getränke für die kurze Pause

Email: info@wingtsun-kassel.de; www.wingtsun-kassel.de
Bankverbindung: Kasseler Bank; Konto: 12899203; BLZ: 52090000
IBAN: DE38 5209 0000 0012 8992 03; BIC: GENODE51K51

Anmeldung:

Kompaktkurs: „Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen“ (ab 15 Jahren)

Hiermit melde ich mich

Geburtsdatum

.....
Vor- und Familienname

.....
Straße Postleitzahl, Ort

.....
Telefon-Nr. / E-Mail

verbindlich zu folgendem Kurs an:

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

Samstag, 30. Januar 2027 , 10 Uhr bis 14 Uhr

(Bitte ☐ ankreuzen!)

Selbstverantwortung:

Ich nehme selbstverantwortlich und auf eigene Gefahr an dem Kurs „Selbstbehauptung und Selbstverteidigung“ teil.

Trainingsgebühr: 69 € Grundgebühr

Kontoverbindung: Sabine Mackrodt, Volksbank Kassel Göttingen eG

IBAN: DE38 5209 0000 0012 8992 03

BIC: GENODE51KS1

☐ Ich überweise die Gebühr

Die Kurs-Gebühr in Höhe von 69 € überweise ich spätestens 10 Tage vor Kursbeginn

Unterschrift/Datum: _____

☐ 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