

SC Ilsfeld Karateabteilung „Dhammika“ bietet an

Selbstverteidigung für Frauen

Gewalt gegen Frauen – nicht mit uns!



Wir wollen mit unserem Angebot Frauen den Rücken stärken und laden ein, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung unter der fachlicher Leitung von

Shihan Athula 7.Dan

ehemaliger Minister Bodyguard,
Selbstverteidigungstrainer für FlughafenSecurity,
langjährige Erfahrung im Sicherheitsdienst,
European Chief Instructor für
Japan Karate-Do Shitoryu Seiko Kai

auszuprobieren.

Frauen sind tagtäglich unterschiedlichsten Formen von Gewalt ausgesetzt: Anmache, Belästigung bis hin zur Nötigung und körperlicher Gewalt. Wir unterrichten einfache und effektive Selbstverteidigungstechniken, um somit ihr Selbstwertgefühl, ihr Selbstvertrauen und ihre Verteidigungsbereitschaft zu stärken. Sie lernen gefährliche Situationen wahrzunehmen und sich entsprechend selbstbewusst zu verhalten.

Kursbeginn : ab 8. Mai 2012

(jeden Dienstag von 19.45 – 21.00 Uhr)

in der Gemeindehalle, Ilsfeld

**Probetraining am Dienstag, 24.4.2012
von 19.45 - 21.00Uhr**

Interessierte können gerne vorbeikommen!!

Infos unter: Tel. 0173-3115452 E-Mail Dhammika@gmx.de