---***KURS BLOCK 2***----

Kids-Kurs im TSV Kleinsachsenheim

„Selbstbehauptung & Selbstverteidigung“

- für Grundschulkinder 7-11 Jahre –

**Kursbeginn: Mittwoch 7. November 2018**

**Kursumfang: 4 x 60 Minuten**

**Kurstage: 07.11. , 14.11. ,21.11. ,28.11.**

**Uhrzeit: 16.00 bis 17.00 Uhr**

**Kursort: Mehrzweckhalle Kleinsachsenheim**

(Eingang vom Sporthallenparklpatz aus rechte Seite die Treppen hoch = Seiteneingang)

**Gesamtgebühr: Mitglieder 25.-€ / Nichtmitglieder 32.-€** (incl. Selbstverteidigungsfibel + Urkunde)

Wir erlernen die Grundlagen für eine selbstbewusste Körperhaltung, spüren unsere Grenzen,

üben einfache Verteidigungsgriffe, trainieren das richtige Fallen, treten und schlagen auf Pratzen,

machen praktische Partnerübungen und kommen zu einer realistischen Einschätzung unserer

eigenen Kräfte.

Auch Rollen- und Konzentrationsspiele kommen unserem Kurs nicht zu kurz.

Zum Abschluss des Kurses bekommt jeder Teilnehmer eine Selbstverteidigungsfibel

und eine Teilnehmerurkunde (*im Kurspreis enthalten*).

Die ausgebildeten Lehrerinnen für Selbstverteidigung und Gesundheitssport sind für diesen Kurs:

Melanie Schneeweis und Manuela Schock.

Wir üben keinen Kampfsport!

Mitzubringen sind bequeme Sportbekleidung, Hallenschuhe und etwas zum Trinken (keine Glasflaschen oder süßen Getränke).

Das Anmeldeformular bitte vollständig ausfüllen und vor Kursbeginn bei den Trainerinnen oder auf der TSV – Geschäftsstelle abgeben.

Sofern Sie keine Rückmeldung erhalten, ist Ihr Kind verbindlich für den Kurs angemeldet. Zuteilung nach Eingang der Anmeldungen.

Die Kursgebühr wird am 1. Kurstag in Bar von den Trainerinnen eingesammelt.

Teilnehmerzahl ist begrenzt!! Kurs findet ab einer Teilnehmerzahl von 10 Kindern statt



Verbindliche Anmeldung für Selbstverteidigung – Selbstbehauptung

Grundschulkinder - Kursbeginn: 7.November 2018

Name:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Vorname:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Geb.-Dat.:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Datum, Unterschrift

Telefon: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Mitglied TSV/TVG kein Mitglied