



Pink Belt Club



Selbstbehauptungskurs für junge Frauen

Klassenstufe(n): Klasse 8 bis K2

Leitung: **Frau Deville**
Trägerin des schwarzen Gürtels im Shotokan Karate, 1. Dan

Zeit: **Mi, 8./9. Stunde**

Ort: **wird noch bekannt gegeben**

Erstes Treffen: **Mi, 25.09.2024**

Du würdest gern mehr Selbstsicherheit ausstrahlen? (Stimme, Körperhaltung,...)

Du fühlst Dich manchmal unsicher mit vielen Menschen oder wenn Du alleine unterwegs bist?

Du würdest gerne gelassener in Schule und Privatleben sein?

Du würdest gern wissen, wie Du Dich verhalten kannst, wenn Du von jemandem angesprochen wirst, der Dir „irgendwie nicht geheuer“ ist?

Du willst effektive Selbstverteidigungstechniken unter professioneller Anleitung lernen?

PERFEKT!

Dann bist Du hier richtig und der Kurs richtet sich an DICH. Nimm diese einmalige Chance wahr, die Kraft aus Dir herauszuholen, die bereits in Dir schlummert.

Du wirst viele interessante Erfahrungen machen wirst, die Dein Selbstbewusstsein boosten! Das wird Dir Sicherheit im Unterricht, im Freundeskreis und im Alltag vermitteln.

Wenn Du willst, kannst Du den weiß-gelben Karategürtel machen. Vielleicht hast Du ja Lust, danach weiter zu machen?

Und das BESTE daran: Du brauchst keinerlei Vorerfahrung, musst keinen Kampfsport machen, musst nicht „durchtrainiert“ sein, um mitmachen zu können.

Alles easy. TRAU DICH einfach. Komm vorbei.

