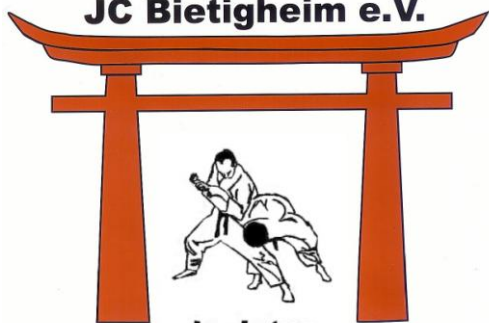


JC Bietigheim e.V.



Ju-Jutsu

www.jc-bietigheim.de

Judo-Club Bietigheim e.V.

JU-JUTSU

**Sicherheit für Frauen im
Alltag**

Einführungskurs Frauenselbstverteidigung von den Experten – nur für Frauen

- **Lernen Gefahren zu vermeiden** •
- **Selbstbewusst Gefahren aus dem Weg gehen** •
- **Abwehr von Kontaktangriffen wie Polizei und Security** •
- **Mit Selbstbehauptung schlagkräftig werden** •
- **Zur Wehr setzen ohne Waffen** •

Auch als Wiederholungskurs geeignet

Sicherheitstraining - Selbstbehauptung - Prävention

Beginn: Sonntag, 15.01.2017 – 29.01.2017 – 12.02.2017 (3-Kurse)

Zeit: 10:00 - 13:00 Uhr

Ort: JCB-Dojo - Ellentalstraße 4 - in Bietigheim beim Ellentalgymnasium

Kosten: € 10,- je Kurs

Bei Interesse einfach melden oder kommen und mitmachen (Sportkleidung mitbringen). Der Kurs wird von erfahrenen, staatlich geprüften Übungsleitern abgehalten.

Auskunft: Christof Hubl Tel. 0170-4753233
Markus Gruber Tel. 0172-3151542

www.selbstverteidigung-bietigheim.de

info@selbstverteidigung-bietigheim.de