



# Gewaltprävention/Selbstbehauptung für alle Karatekas 9-14 Jahre (Kinder/Schüler)

**Freitag, 06.05.2016, 18.00 - 19.15 Uhr**  
in der Turnhalle Hillerschule

Trainer: Uwe Careni

## **Inhalte:**

- Erkennen und Vermeidung von Gefahrensituationen
- Anwendung von Hilfe und Selbsthilfe in Konflikten
- Einfache Verteidigungstechniken gegen „Greifen“, „Stoßen“ und „Würgen“