

5-Stunden-Crash-Kurs für Frauen

Effektive Selbstverteidigung & Selbstbehauptung am 18.03.2023



WingTsun 

DIE INTELLIGENTE SELBSTVERTEIDIGUNG

Hier lernst Du

- klare Grenzen zu setzen, Selbstbewusst aufzutreten
- effektive Selbstverteidigungstechniken
- ganzheitliche Prävention und Selbstbehauptung

Trainiere deine Sicherheit!

Wann: Samstag 18.03.2023 um 9.30 Uhr
Wo: im durst-aktiv Zentrum, Carl-Benz-Ring 33a, 35423 Lich
Kosten: 5-Stunden 59,- € pro Teilnehmerin / incl. Verpflegung
Achtung: begrenzte Teilnehmerzahl (ab 12 Jahre) – jetzt anmelden unter info@team-durst.de