



TAEKWONDO

Selbstverteidigung für Frauen

Gemeinsam lernen wir:

- wie man Streit vermeiden kann
- wie man richtig hinfällt ohne sich wehzutun
- wie man sich gegen Stärkere und Größere wehren kann
- wie man sich konzentriert
- wie man Selbstbewusstsein entwickelt
- wie man Spaß am Kampfsport haben kann

NEU

ab 10.04 - 10.07.2013 (= 12x)

Wann ?	mittwochs
Uhrzeit:	18.30 – 20.00 Uhr
Ort:	Turnhalle Guntherstraße
Gebühr:	12,00 € – für Mitglieder 60,00 € - für Nichtmitglieder
Leitung:	Marco Bick

Was braucht Ihr?

Vor allen Dingen gute Laune, aber auch normale Sportbekleidung (für den Anfang), Hallenschuhe und etwas zu Trinken.

Schaut einfach mal vorbei und macht mit, es wird euch bestimmt Spaß machen!