

MODERNE UND EINFACHE SELBSTVERTEIDIGUNG

Du möchtest erlernen, wie man gefährliche Situationen vermeidet, deeskaliert und sich notfalls körperlich verteidigen kann?

Dann bist du bei uns richtig.

Die Kursleitung verfügt über 30 Jährige Kampfsporterfahrung in Kickboxen, Ju-Jutsu und Selbstverteidigung.

Neben unserem Selbstverteidigungsschwerpunkt, bieten wir weitere zusätzliche Kurse in unserem Verein an.

Ein effektives Selbstschutztraining kann das Risiko von Angriffen effektiv mindern.

Wir versuchen Frauen im Alltag wieder ein Gefühl von Sicherheit zu vermitteln.

In unseren Kursen für Frauen wird die Selbstverteidigung mit modernen und vor allem einfachen Tools und Techniken vermittelt, die im Ernstfall essenziell sein können.

Kurseinheiten

Sa. 31.07.2021 15:00 bis 18:00

Sa. 07.08.2021 15:00 bis 18:00

Sa. 14.08.2021 15:00 bis 18:00

(Preis 39,- pro Einheit)

Weiterführende Einheiten ab 18.08.2021
jeweils Mittwoch ab 19:45

(bei Vereinsbeitritt Kostenfrei ansonsten
10,- pro Einheit)

Aufgrund der aktuellen Corona Situation haben wir unseren Trainingsplan angepasst und entsprechende Sicherheits- und Hygieneregeln eingeführt.

NIPPON Passau e.V.

Kontakt:

Markus Meyer +49 (0) 160 74 98 697

Adresse:

Turnhalle Altstadt Schule, Im Ort 1

Parkmöglichkeit in Römergarage, Einfahrt an der Lukas-Kern-Strasse



Kursleitung

Markus Meyer

Trainer
NIPPON Passau
Kickboxen