

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Mädchen und Buben

Grenzen erkennen, Grenzen setzen, Auswege üben



Wir arbeiten an 3 Samstagvormittagen mit Ihrem Kind spielerisch zu folgenden Themen:

- > Gefühle wahrnehmen und unterscheiden
- > Angenehme und unangenehme Berührungen
- > Mut zum Nein-Sagen
- > Gute und schlechte Geheimnisse
- > Hilfe holen

Daten jeweils samstags 12./19. und 26. Januar 2013

Ort Düdingen, Judoschule, Chännelmattstrasse

Zeiten

5. und 6. Klasse (nur Mädchen):	07.30 bis 09.00 Uhr (90 Minuten)
1. und 2. Klasse:	09.05 bis 10.35 Uhr (90 Minuten)
3. und 4. Klasse:	10.40 bis 12.10 Uhr (90 Minuten)
1. und 2. Kindergartenjahr:	12.15 bis 13.15 Uhr (60 Minuten)

Kursleitung

- Yoko Shinomiya (KG- und Primarlehrerin, Ausbildung zur schulischen Heilpädagogin, Selbstverteidigungs-, Gewaltpräventions- und Judotrainerin)
- Aki Shinomiya (Ausbildung zur Sportlehrerin, ausgebildete Selbstverteidigungs- und Judotrainerin)

Kurskosten	1. bis 6. Klasse	S&E Mitglied	Kindergarten	S&E Mitglied
1. Kind	Fr. 90.-	Fr. 75.-	Fr. 65.-	Fr. 50.-
2. Kind	Fr. 75.-	Fr. 50.-	Fr. 45.-	Fr. 30.-
3. Kind	gratis	gratis	gratis	gratis

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Das Kursgeld wird beim ersten Mal eingezogen: Bitte das Geld mitbringen und bei Johanna Bernhard melden!

Mitnehmen Trainer, etwas zum Trinken.

Anmeldefrist 2. Januar 2013. Für die Durchführung ist eine Mindestanzahl von 6 Teilnehmenden pro Gruppe Voraussetzung. Maximal können 16 Teilnehmende pro Gruppe aufgenommen werden.

Anmeldung

Name des Kindes / Schuljahr: 1. _____ / _____
 2. _____ / _____
 3. _____ / _____

Tel. Nr. _____ E-Mail Adresse für Anmeldebestätigung _____

Mitglied S&E: ja nein möchte Mitglied werden (es gelten die reduzierten Preise)

Name und Adresse: _____

Einsenden an: Johanna Bernhard, am Bach 6, 3186 Düdingen oder j.bernhard@sunrise.ch