



Selbstverteidigung für Frauen

In Zeiten wie diesen, ist es besonders für Frauen wichtig, sich verteidigen zu können. Primus Perchtold, erfahrener Krav Maga Trainer (PUR Krav Maga Self Defense Mastey), möchte Frauen dabei unterstützen, unerwartete Angriffe gekonnt abwehren zu können. Durch eine abgewandelte Technik des Militärnahkampfes Krav Maga, sollen die Grundlagen der Selbstverteidigung im Rahmen eines Anfängerkurses effektiv erlernt, sowie gleichzeitig die Fitness gestärkt werden.

- **Anfängerkurs: 6 Stunden pro Monat, jeweils 90 Minuten (Terminvereinbarung folgt!)**
- **Kostenbeitrag: € 40 im Monat**
- **Kursort: Turnsaal VS Ettendorf**

Informationsveranstaltung:

Montag, 09.05.2016 um 18:30 im Turnsaal der VS Ettendorf. Die weiteren Einheiten finden jeweils montags um 18:30 Uhr im Turnsaal der VS Ettendorf statt.

Anmeldungen und nähere Infos bei:

Perchtold Primus
9472 Ettendorf
0676 4372243
primus70@hotmail.com;

