

## Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Kinder

# Grenzen erkennen Grenzen setzen Auswege üben



Wir arbeiten an 3 Vor- bzw. Nachmittagen 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/Zeiten** **Mittwoch, 13. / 20. / 27. März 2024**

1H und 2H (Kindergarten)

15:00 – 16:00 Uhr

**Samstag, 24. Februar / 2. / 9. März 2024**

5H und 6H (3. und 4. Klasse)

08:30 – 10:00 Uhr

3H und 4H (1. und 2. Klasse)

10:15 – 11:30 Uhr

### Kursleitung

Yoko Shinomiya

Kindergarten- & Primarlehrerin, Selbstverteidigungs-, Gewaltpräventions- & Judotrainerin

Aki Shinomiya

Sport- & Mathematiklehrerin auf Sekundarstufe II, Selbstverteidigungs- & Judotrainerin

**Ort** Judoschule, Chännelmattstrasse, Düdingen

**Mitnehmen** Lange Trainerhosen, T-Shirt, Wasser zum Trinken

### Kurskosten

	3H bis 6H	S&E Mitglied	1H und 2H	S&E Mitglied
1. Kind	CHF 90.00	CHF 75.00	CHF 65.00	CHF 50.00
2. Kind	CHF 75.00	CHF 60.00	CHF 45.00	CHF 30.00
3. Kind	gratis	gratis	gratis	gratis

**Das Kursgeld wird beim ersten Mal eingezogen.**

**Anmeldefrist** 14. Februar 2024

Für die Durchführung ist eine Mindestanzahl von 8 Teilnehmenden pro Gruppe Voraussetzung. Maximal können 16 Teilnehmende pro Gruppe aufgenommen werden. Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

### Anmeldung

Name des Kindes / Schuljahr:

1. \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Name und Adresse:

\_\_\_\_\_

Tel. Nr. \_\_\_\_\_

E-Mail-Adresse für Anmeldebestätigung \_\_\_\_\_

Mitglied S&E:  Ja  Nein

Ich möchte Mitglied werden (es gelten die reduzierten Preise)

**Einsenden per Post an:** Julia Brügger, Im Baumgarten 11, 3186 Düdingen

**oder per E-Mail an:** juliabruegger@yahoo.com