

**S  
E  
L  
B  
S  
T  
B  
E  
H  
A  
U  
P  
T  
U  
N  
G**

**Für alle interessierten Kinder im Alter von 6 bis 10 Jahren**

**Sicherlich fragst Du Dich auch manchmal:**

- „Wie kann ich mich eigentlich wehren und Grenzen setzen, wenn ich geärgert oder belästigt werde?“  
„Welche Tricks und Mittel gibt es, damit man mich nicht nur ernst nimmt, sondern auch in Ruhe lässt?“

# **Selbstbehauptungs-/ Selbstverteidigungstraining**

**Vier zusammenhängende Trainingstermine:  
29.05.2016, 05.06.2016, 12.06.2016 und 19.06.2016  
jeweils von 10:00 Uhr bis 11:30 Uhr  
in der Turnhalle der GHS Meckelfeld**

**Teilnahmegebühren:  
TVM-Mitglieder 10,00 EUR / Gäste 15,00 EUR**

**Anmeldeschluss: 22.05.2016**

**Wichtige Hinweise für interessierte Eltern:**

Dieses Training hat zum Ziel, dass Ihr Kind für entsprechende Situationen vorbereitet wird und ein angemessenes Verhalten hierfür erlernt.  
Das Erlernen von Selbstverteidigungstechniken steht hierbei nicht im Vordergrund.

Ansprechpartnerin: Martina Jappsen  
Anmeldung: ✉ [selbstbehauptung.meckelfeld@web.de](mailto:selbstbehauptung.meckelfeld@web.de)

