

Gewaltprävention / Selbstverteidigung für Grundschüler

mit

Gerd Hahnemann

Leiter zahlreicher Ganztagsangebote
Gewaltprävention / Selbstverteidigung
an Grundschulen

7. Dan Karate, 1. Dan Judo

04.03.2023

Das ist **kein** Karate-Lehrgang, die Karatekids können also gern ihre Freunde mitbringen bzw. könnte jeder Grundschüler, der Interesse hat, teilnehmen. Maximal 20 Kinder!

Wann: Am Samstag, dem 04. März 2023

10.00 bis 11.00 Uhr Trainingseinheit 1
11.00 bis 11.15 Uhr Pause
11.15 bis 12.15 Uhr Trainingseinheit 2
12.15 bis 12.30 Uhr Pause
12.30 bis 13.15 Uhr Trainingseinheit 3

**Für den kleinen Energieschub
gibt es kostenlos Gebäck!
Getränke bitte selbst mitbringen!**

Wo: Sporthalle des Sportamtes Chemnitz
Alfred-Neubert-Str. 21 in Chemnitz

Kosten: 5 Euro zu Beginn des Trainings in der Halle

Info: Gerd Hahnemann ☎ 0176 21436284
✉ ghahnemann@t-online.de 🌐 www.kampfkunstteam.de

**Trainings-
inhalte:**

- Kurze Einweisung, was Gewaltprävention / Selbstverteidigung für Kinder im Grundschulalter bewirken kann.
- Kurze Erwärmung mit je einer Angriffs- u. Abwehrtechnik und einem Fußtritt.
- Was kann ein Kind tun, wenn es von Erwachsenen (auch Jugendlichen) belästigt wird.
- Möglichkeiten, sich gegen gleichaltrige Schüler zu behaupten (Schulhof-Situation)
- „Spielerische“ Erarbeitung von Möglichkeiten, d.h. die Kids spielen und erhalten Hinweise, was das entsprechende Spiel mit Selbstverteidigung zu tun hat.

Hinweise: Bitte nur Grundschüler 1-4 Klasse! Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Kinder beschränkt. Eltern können zuschauen und auch kostenlos teilnehmen!

Keine Haftung, gleich, welcher Art!

kampfkunstteam.de - Seminarreihe

