



Kampfkunstschule Bremen e.V.

**Aufgrund der vielen Anfragen bieten wir zusätzlich einen
Selbstverteidigungskurs an.**

Über 3 Monate, 1x 60 Min in der Woche.

Tag: Dienstag

Zeit: 17-18 Uhr

Ort: Bremer Neustadt

Start: wird noch bekannt gegeben

Alter: ab 16 - 80 Jahre

Voraussetzung: Keine

Inhalt: Alltagssituationen bewältigen, sich und andere schützen.

Es werden einfache, wirksame Techniken vermittelt,
die in Streßsituationen helfen.

Anmeldung unter: michaelknebel@web.de

nordin.tiemann65@web.de

Um Voranmeldung wird gebeten.

www.whkd-bremen.de