



BERATUNGSSTELLEN FÜR FRAUEN UND MÄDCHEN

SYKE · DIEPHOLZ · SULINGEN



Foto: © Simone van den Berg - Fotolia.com

Wendo-Selbstbehauptungskurs für Frauen am 16.06.2017 in Diepholz

In diesem Kurs können einfache Abwehr-, Befreiungs- und Gegenangriffsübungen ausprobiert werden. Die Wahrnehmungs- und Reaktionsfähigkeit kann geschärft werden. Übungen zur Stimme, Atmung, Sprache und Körpersprache sind ebenso Bestandteile des Kurses.

Für den Kurs müssen sie nicht sportlich sein, Interesse und Neugier reichen aus

Dann können Sie gerne den Anmeldeabschnitt ausfüllen und bei uns abgeben. Bitte vergessen Sie Ihre Kontaktdaten nicht, da die Teilnehmerinnenzahl begrenzt ist und wir Ihnen Rückmelden, ob Sie am Kurs teilnehmen können. Haben Sie noch Fragen? Dann rufen Sie uns gerne unter der angegebenen Telefonnummer an.

Teilnehmen können: Frauen ab 18 Jahren
Wann: 16.06.2017 (Freitag)
Uhrzeit: 15:15 bis 19:15 Uhr
Veranstaltungsort: Am Weizenkamp 5 in Diepholz (Paul-Moor-Schule)
Trainerin: Sabine Müller
Kosten: 5,- €
Mitbringen: bequeme Kleidung und Turnschuhe

Anmeldung & Infos:

Silvia Lücke
Beratungsstelle für Frauen und Mädchen in Diepholz

Im Agendahaus
Rathausmarkt 2
49356 Diepholz
Tel.: 05441 9923799
E-Mail: silvia@frauenhaus-diepholz.de
www.frauenhaus-diepholz.de

Hiermit melde ich mich verbindlich für den Wendo-Selbstbehauptungskurs am 16.06.2017 in Diepholz an.

..... Vorname Name
..... Straße/Nr. Geburtstag
..... PLZ/Wohnort Telefon
..... Ort/Datum Unterschrift