

TSV Jahn Freising

# Selbstverteidigung Frauen Basiskurs

Ab 16 Jahre – ohne Kampfsport-Vorkenntnisse!

Der Kurs beinhaltet leicht zu erlernende Techniken aus dem **KRAV MAGA**.

Einfache Sportbekleidung genügt.  
**Maximal 20 Teilnehmerinnen.**



**+ Jahnhalle, Fischergasse**

**+ 28. Jan 2023 // 9.00 – 14.00 Uhr**

**+ Anita Sebestyen & Christian Denk**

Pädagogin für Gewaltprävention

Polizeibeamter i.R., Krav Maga Instructor

## Fragen zum Kurs?

Infos unter **0179 877 93 40** oder unter **[www.cd-selbstverteidigung.de](http://www.cd-selbstverteidigung.de)**

## Anmelden?

In der **Geschäftsstelle** Fischergasse 23,  
Tel.: 0 81 61/36 82

**Teilnahmegebühr: Mitglieder 15 €, Nichtmitglieder 30 €.** Bezahlung am Kurstag!