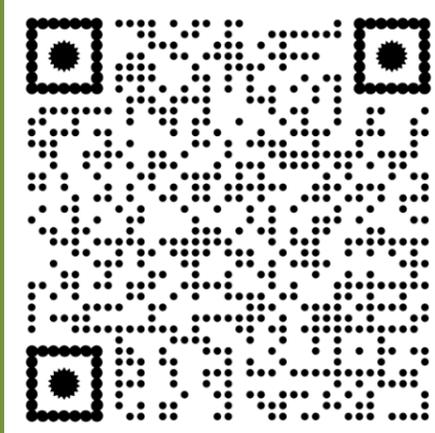




Old
Mill
Aikido

www.oldmillaikido.com



Selbstverteidigung



Sensibilisieren – reagieren – abgrenzen –
verteidigen

Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Mädchen

Termine: Jeweils samstags von 08:00 Uhr bis 11:45 Uhr

22.04.2023, 29.04.2023,

06.05.2023 und 13.05.2023

(Teilnahme auch möglich, wenn nur drei Termine wahrgenommen werden können)

Teilnehmerinnen: Mindestens 8 /
maximal 12 Mädchen im Alter von 10 bis 16

Unkostenbeitrag: CHF 120.-

Wenn mehrere Mädchen aus derselben Familie teilnehmen:
CHF 100.- pro Person

Örtlichkeit: Budo Zentrum Schönengrund: neben Gasthof Mühle
Unterdorf 16, CH-9105 Schönengrund

Bekleidung: Lange Hosen und langes T- Shirt, Pullover, Antirutschsocken
oder Tabis; keine Turnschuhe!

Anmeldung obligatorisch, bitte bis 15.04.2023 an

selbstverteidigung@oldmillaikido.com

Leitung: Monika Dörig, 2. DAN Aikido