

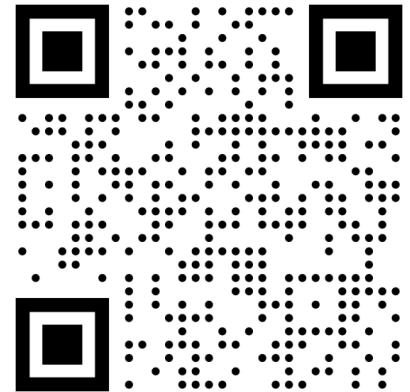


Old
Mill
Aikido

www.oldmillaikido.com

Selbstverteidigung für junge Frauen und Mädchen

Old Mill Aikido Schönengrund



Sensibilisieren – reagieren – abgrenzen –
verteidigen

Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für junge Frauen/Mädchen

Termine: Jeweils samstags von 08:00 Uhr bis 11:45 Uhr
26.04.2025, 03.05.2025, 10.05.2025
17.05.2025 und 24.05.2025

(Teilnahme auch möglich, wenn nur vier Termine wahrgenommen werden können)
Zielgruppe: Junge Frauen oder Mädchen im Alter von 10 bis 18

Unkostenbeitrag: CHF 120.-

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

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

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

Anmeldung obligatorisch, bitte bis 21.04.2025 an
selbstverteidigung@oldmillaikido.com

Oder via Homepage

Leitung: Monika Dörig, 2. DAN Aikido, J+S Leiterin Aikido und Judo C