

Selbstverteidigung für Kinder und Jugendliche



Quelle zur Abbildung: <http://www.bsc-pfaffenwinkel.de/schulungen/sicherheit/selbstverteidigung-kinder/>

Kinder stark machen! Ein Selbstverteidigungs- und Sicherheitstraining für Kinder (6-9 Jahre) und Jugendliche (ab 10 Jahren)!!

- Wann: ab April 2019
Kinder: **10 x dienstags, 16:00-17:00 Uhr**
Jugendliche: **10 x dienstags, 17:05-18:05 Uhr**
- Wo: Vereinsheim der SG Klein Rodensleben e.V.
- Kosten: 50 € pro Kind/Jugendliche(r)*

Anmeldung und Infos:

Grit Matz
E-Mail:
sg-klein-rodensleben@gmx.de



Bei Interesse bitte bis Freitag, 01.03.2019 melden!

In Zusammenarbeit mit Maik Orczeck
Inhaber von C17 entspannt & fit
Gewaltpräventionstrainer und Personal Coach aus Magdeburg

* Finanzierungsmöglichkeiten werden derzeit noch geprüft!

Im Notfall Grenzen aufzeigen zu können, gibt einem ein sicheres Gefühl. Auch Kinder und Jugendliche können zeitig lernen, wie man sich in gefährlichen Situationen verhalten sollte. Dabei geht es aber nicht nur darum, den Kindern und Jugendlichen spezielle Griffe oder Techniken beizubringen, sondern ihnen durch das Training ein gesundes Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl zu vermitteln.

Kopf hoch und laut werden!!

Die Kampfkunst von Maik Orczeck ist von Natur aus flexibel. Anstatt festgelegter Techniken zu folgen, lernen die Kinder und Jugendlichen übergeordnete Prinzipien. Diese sind leicht zu erlernen und machen Spaß. Weder Kraft noch Ausdauer oder besondere Gelenkigkeit sind nötig, um sie zu trainieren. Die Kinder und Jugendlichen aus Klein Rodensleben sollen sich durch das Angebot in der Persönlichkeit weiterentwickeln und dabei Spaß haben.

Kinder sollten lernen, sich in der Welt zurechtzufinden, sich zu positionieren sowie für sich und andere einzustehen. Durch die Kampfkunst von Maik Orczeck lernen und entwickeln die Kinder und Jugendlichen ein neues Körperverständnis und ein besseres Selbstbewusstsein.

Ziele sind:

- Steigerung des Selbstvertrauens
- Steigerung des Selbstwertgefühls
- Steigerung der Wahrnehmung
- Steigerung des Reaktionsvermögens
- Veränderung der Körpersprache
- Distanzverhalten gegenüber Fremden
- Verhalten an Fahrzeugen
- Sicherer Heimweg

Hinweis:

Um gute Ergebnisse im Training zu erzielen, beträgt die Teilnehmerzahl je Kurs 10 Kinder bzw. Jugendliche.