

Ausschreibung

Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Judoka mit geistiger Behinderung

Der Behinderten- und Rehabilitationssportverband Nordrhein-Westfalen e.V. (BRSNW) veranstaltet in Zusammenarbeit mit dem Nordrhein-Westfälischen Judo-Verband e.V. (NWJV) einen Lehrgang für Judoka mit geistiger Behinderung zur Stärkung des Selbstbewusstseins.

Veranstalter: BRSNW in Kooperation mit NWJV

Termin: Montag, 11.11.2019, 10:00 Uhr bis Mittwoch, 13.11.2019, 11:00 Uhr

Ort: Sportschule Hennef, Sövenner Str. 60, 53773 Hennef

Meldeschluss: 30.09.2019

Kosten:

Mitglieder Tarif A:	130,00€
Mitglieder Tarif B, außerordentliche Mitglieder/ Kooperationspartner:	160,00€
Externe:	260,00€

Inhalte:

- Verhalten in Alltagssituationen
- Techniken zur Selbstbehauptung
- Selbstverteidigung in Stresssituationen
- Abwehrtechniken gegen Umklammerungen und Schläge
- Abwehrtechniken auf Judo-Basis
- Gezielte Schläge, Stöße und Tritte

Anmeldungen: mittels des Anmeldeformulars per E-Mail, Post oder Fax:
Anne Kaiser | kaiser@brsnw.de | Fax: 0203- 7174-245
telefonische Rückfragen gerne an: 0203- 7174-145