

Selbstverteidigungskurs für Mädchen und Jungen

Wann: ab Donnerstag den 18. Oktober 2018 insgesamt 6 Termine, jeweils Donnerstags

(18.10, 25.10, 8.11, 15.11, 22.11 und 29.11)

Von 17.30 Uhr bis ca. 18.30 Uhr

Wo: im Evangelischen Gemeindehaus in Mülheim Kärlich,

Poststraße 53, ´

Wer: Herr Bernhard Willems von der Willems Kampfkunst Akademie

Der komplette Kurs kostet dich insgesamt 12€. Bitte in bar am ersten Tag mitbringen.

Es wäre schön wenn Du Sportkleidung zu den Terminen anziehen könntest.

Selbstverständlich haben wir keinen Schmuck an und sind nicht geschminkt.

Wenn du zwischen 12 und 16 Jahre(n) alt bist, dann ist dieser Kurs genau das richtige für Dich.

Anmeldung bitte schriftlich bis zum 28.09.2018, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

Evangelische Kirchengemeinde Urmitz-Mülheim

Poststraße 53 in Mülheim-Kärlich

eMail: gemeindebuero_urmitz-muelheim@ekir.de oder 02630-1423.

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Selbstverteidigungskurs an

Name:

Vorname:

Geboren am:

Adresse:

eMail:

Telefonnummer:

Die Teilnahmebedingungen und Datenschutzrichtlinien habe ich gelesen.

Unterschrift der Eltern:

Bernie Willems

^



7. DAN Kickboxing
7. DAN Taekwondo

- └ **Kickboxing Buch und DVD -Autor**
- └ **Europameister, Dublin**
- └ **East Coast Vice Champion, New York**
- └ **International Champion, Lausanne**
- └ **Elvis Presley Karate Champion, Memphis**
- └ **European Hall of Fame Member, Belgrad**
- └ **4 x Deutscher Meister**

- └ **Internationaler Deutscher Meister**
- └ **4 x Westdeutscher Meister**
- └ **Certified Taekwondo Instructor**
- └ **Certified Kickboxing Instructor**
- └ **WKA Martial Arts Silent Hero**
- └ **Kick Martial Arts Silent Hero**
- └ **Sportler des Jahres**
- └ **Instructor of WKA World Champions**
- └ **PKA European Full Contact Challenger**
- └ **German Champions League Fighter**
- └ **Performer on 14 Sale DVDs**
- └ **Performer on Movie „Kung Fu Kid“**
- └ **More then 15 TV Performances**
- └ **More then 300 Martial Arts Shows**
- └ **Instructor of 40**
- └ **Martial Arts Black Belts**

Bestimmt kennen Sie das ungute Gefühl, liebe Eltern, wenn Sie sich Sorgen um ihr Kind machen.

Es geht abends alleine im Dunkeln vom Sport nach Hause, in der Schule wird es gemobbt, an der Bushaltestelle sind alle anderen größer und stärker Und eigentlich wäre es doch gut, wenn ihr Kind ein paar Tricks hätte sich zu wehren.

Genau darum geht es uns bei unserem Projekt. Es geht nicht darum selber aggressiv zu werden, sondern sich zu verteidigen, Tricks und Tipps zu bekommen.

Wenn Sie daran interessiert sind, dann melden sie sich.....

Selbstverteidigung...

... ist die Fähigkeit, sich in Notsituationen körperlich zur Wehr zu setzen – auch eine laute Stimme und eine klare Abwehrhaltung sind dabei wichtig. Selbstverteidigungskurse beziehen den Angriffsfall mit ein und trainieren primär die körperliche Abwehrkraft. Kinder haben aber keine realistische Chance, sich gegen körperlich überlegene und planvoll vorgehende Erwachsene durchzusetzen. Kursschwerpunkt kann auch die Verteidigung gegen Gleichaltrige sein.

Viele Studien zeigen: Kinder, die gelernt haben, sicher und selbstbewusst aufzutreten, werden kaum belästigt oder gegen ihren Willen festgehalten