

Selbstverteidigung

Für Frauen

(ab 14 Jahren)

- Gefahren erkennen
 - Grenzen setzen
 - Eigene Stärken spüren
 - Sich erfolgreich behaupten

Grundkurs 10 x

Ab 5. Oktober 2008 (Deutsch-französisch)

Montag 20 :15 - 21 :45 Uhr



Kursleiterinnen

Manuela Jungo, Karate 1. Dan, Pallas-Trainerin

Elisabeth Fioravera Gomez, Karate 2. Dan, J+S Leiterin

Reynald Olivier, Karate 5. Dan, Pallas-Trainer

Anmeldung: manuela.jungo@bluewin.ch
e.fioravera@bluewin.ch

oder 079 751 27 88

oder 076 309 52 28

Preis: 200.- (Erwachsene)
150.- (Studentinnen)

Ort

Dojo du Guintzet
Av. Jean-Paul II 30
1752 Villars-sur-Glâne
www.kccobra.ch

