

# ! Stopp – Stopp – Stopp – Stopp – Stopp !

Die Sparte Turnen & Gymnastik des SC Pöcking-Possenhofen bietet im Frühjahr einen Selbstverteidigungs-Kurs für Frauen & Mädchen an:



# Gib Gewalt keine Chance!

**Lerne Konfliktsituationen zu entschärfen, Grenzen aufzuzeigen und Angriffe effektiv abzuwehren!**

**Wann:** 25. Februar 2018 – Einführung & Grundlagen  
4. März 2018 – Wiederholung & Vertiefung

10 – 12 Uhr  
„Teenies“  
(15 bis 18 Jahre)

12 – 14 Uhr  
„Twens“  
(19 bis 29 Jahre)

14:30 – 16:30 Uhr  
„Oldies“  
(ab 30 Jahren)

**Wo:** Turnhalle der Grundschule Pöcking (keine Straßenschuhe)

**Kosten:** SCPP Mitglieder 30€ / Nicht-Mitglieder 40€

**Achtung: je Gruppe nur 15 Plätze – schnell sein!**

**Für wen:** Dieser Workshop eignet sich für Frauen jeden Alters, die sicher, selbstbewusst und selbstbestimmt ihren Weg gehen wollen – ob am Abend, auf Reisen oder im Büro!



**Info & Anmeldung:** [ubaumer@scpp.de](mailto:ubaumer@scpp.de)

**Trainer:** Kemal Oral & Team