

Seminarleiterin



Rosemarie Ertl, MA

Dipl. Sozialarbeiterin

Trainerin beim Verein Drehungen



Institut
für
Beratung-Schulung-Coaching
Baranygasse 30
1220 Wien

Telefon: 0699 121 96 553

Fax: 01 285 13 60

UID-NR: ATU57524209

www.ibsc.webnode.at

Email: office.ibsc@speed.at

Weitere Seminarangebote auf
unserer Homepage und in
unserem Seminarkatalog.

Selbstverteidigungs- kurs

Für Mädchen und junge Frauen von 14-19
Jahren

10., 11. und 17. 6. 2013

17.00-19.30

Selbstbewusstsein - Selbstbehauptung - Selbstverteidigung

Anmeldung

In diesem Kurs lernen Mädchen und junge Frauen, die spezifischen Möglichkeiten und Stärken ihres eigenen Körpers zu nutzen und diese ohne sportliche Vorkenntnisse im Alltag einzusetzen. Das gibt Mut und Kraft auch in schwierigen Situationen.

Inhalte und Ziele des Seminars:

- Austausch von Erfahrungen
- Wahrnehmungs- und Körperbewusstseins-Übungen
- Erlernen von Schutz-, Abwehr- und Befreiungstechniken

Bitte um Anmeldung bis spätestens 3.6.2013 unter Angabe von

Name: _____

Anschrift: _____

Telefonnummer: _____

Email: _____

Datum: _____

Unterschrift: _____

Per Email: m.kotz@speed.at

www.ibsc.webnode.at

Per Fax: 01 285 13 60

Per Internet [hier](#)

Termin:

10., 11. und 17.6.2013

17.00 -19.30

Kosten:

60€ für 3 Abende

Bitte nimm bequeme Kleidung, Sportschuhe (helle Sohlen) oder rutschfeste Socken mit!

Seminarort:

ibsc- Seminarzentrum

Fasangasse 25/2

1030 Wien

Anreise:

Auto: A23 Abfahrt Gürtel

Öffentlich: Straßenbahnlinie 0 oder 71,

Schnellbahn Rennweg

Südbahnhof/Hauptbahnhof

Es wird Dir eine **Anmeldebestätigung** und **Rechnung** zugeschickt. Bitte überweise die Teilnahmegebühr auf das angegebene Konto.

Wird die Teilnahme von Dir zurückgezogen, so ist bis 1 Woche vor Beginn ein **Storno** von 30% zu entrichten, danach die volle Kursgebühr. Kannst Du eine Ersatzteilnehmerin nennen, wird Dir kein Storno verrechnet. Für einzelne versäumte Stunden kann von unserer Seite kein Ersatz geleistet werden.

Bitte beachte, dass es eine **Mindestteilnehmerinnenzahl** gibt und Du bei Nichtzustandekommen des Kurses schriftlich oder telefonisch verständigt wirst. Du erhältst die Teilnehmerinnengebühr unverzüglich zurück. Ein Ersatz für entstandene Aufwendungen kann nicht geleistet werden.