



Selbstverteidigungs-Workshop für Frauen

Können Sie sich zur Wehr setzen? Reagieren Sie in gefährlichen Situationen richtig? Sind Sie vorbereitet, wenn es Schlag auf Schlag geht? Jürg Staubli, Krav Maga Instruktor vom Krav Maga Self Protect Center Niederurnen, zeigt uns, wie wir uns richtig verhalten und mit einfachen Mitteln wehren können.

Datum, Zeit:	Samstag, 2. Dezember 2023, 9:00 - 12:00 Uhr
Ort:	Krav Maga Self Protect Center Niederurnen Windeggstrasse 1, 8867 Niederurnen
Bekleidung:	Sportkleidung und saubere Hallenschuhe
Anmeldung:	Bis 19. November möglichst per E-Mail: info@frauenzentrale-glarus.ch
Leitung:	Jürg Staubli
Kostenbeitrag:	Mitglieder Fr. 20.- / Nichtmitglieder Fr. 25.-

Wir freuen uns über die Teilnahme vieler interessierter Frauen.

Ein Anlass organisiert von der Frauenzentrale Glarus

