

SELBSTVERTEIDIGUNGSKURS

Ziel: Wir bringen dir einfache Techniken und Konzepte bei, die dich schon nach kurzer Zeit befähigen, ein breites Spektrum an heiklen Situationen zu erkennen und entsprechend darauf reagieren zu können.

Leitung: Michael und Vasili Hristidis beides langjährige Ausbilder und gefragte Profis.



Beginn: 10. August bis 14. September 2010 (6x)

Tag: Dienstag's

Zeit: 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr

Ort: Actifit Women only

Kosten: Fr. 150.- für Member
Fr. 250.- für Non Member

Anmeldung an der Rezeption bis spätestens 5. August. Achtung beschränkte Teilnehmerzahl.