



GEWALTPRÄVENTION, SELBSTBEHAUPTUNG & SELBSTVERTEIDIGUNG **FÜR KINDER**

Unser Workshop möchte Kindern, bereits BEVOR etwas passiert, die Möglichkeiten der Prävention, den Einsatz von Körpersprache, Deeskalationstechniken und vieles mehr vermitteln und die Betroffenen – Kinder, Eltern und Bezugspersonen – sensibilisieren.

Lerninhalte:

- Prävention (vermeiden von gefährlichen Situationen)
- verbale Mittel (schreien, „Nein!“ sagen)
- Hilfe organisieren
- Taktik (Beweglichkeit, Flucht-Prinzip, Distanzen)
- Situationen einschätzen lernen (was ist gut, was ist nicht gut)
- Einfache Befreiungstechniken, Abwehrtechniken...

Es werden keine unrealistischen Ideen von Geheimtechniken und -griffen vermittelt, die den Kindern und auch Eltern ein überzogenes Schutzgefühl geben könnten.

KINDERTRAINING ab 16 Kindern je Klasse

Grundkurs: 2 x 2 UE (1 UE = 45 min) nach Vereinbarung

Preis: € 20,00 – 28,00 / Schüler:in

Kontakt: Ulrich Gruber, Krav Maga Full Instructor, Kids & Women Instructor, Landestrainer OÖ
Mobil: 0650/466.2000, E-Mail: office@ulrich-gruber.at, www.kravmaga-linz.at, www.kinderselbstverteidigung.at

