

Anmeldung

Hiermit melde ich mich, meinen Sohn, meine Tochter verbindlich zum Selbstbehauptungswochenende vom 10. bis 12.06.2022 auf dem Bambergerhof an.

Anmeldung auch Online möglich:

<https://www.jugendzentrale-kusel.de/freizeiten>

Vorname, Name

Einrichtung / Jugendverband

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Geburtsdatum

Telefon/Handy

E-Mail

Ich nehme zur Kenntnis, dass für selbstverschuldete Unfälle, bei Fällen höherer Gewalt, sowie für verlorene Gegenstände keine Haftung seitens des Veranstalters besteht.

Ich erkläre mich einverstanden, dass

- bei der Veranstaltung gemachte Fotos in den Publikationen (inkl. Internet) zum Zwecke der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit verwendet werden dürfen.
- die hier gemachten Angaben zur Durchführung der Maßnahme gespeichert werden und zur Bezuschussung durch die öffentliche Hand an entsprechende Behörden weitergegeben
- mir bei Abmeldungen nach dem Anmeldeschluss oder bei Nichterscheinen die tatsächlich entstandenen Kosten (Ausfallgebühren und Zuschüsse) in Rechnung gestellt werden.

Ort, Datum, Unterschrift
der/des Erziehungsberechtigten

Termin:

10. - 12. Juni 2022

Beginn: Freitag 17.00 Uhr

Ende: Sonntagmittag

Ort:

Jugendfreizeitstätte Bambergerhof,
Breitenbach

Teilnehmer/-innen:

Mädchen 11 - 13 Jahre

Anmeldung

bis 13.05.2022

(Die Teilnehmezahl ist auf
maximal 16 Personen begrenzt!)

Kosten:

20,00 €

Leistungen:

Übernachtung, Verpflegung,
Programm, Training

Gefördert vom



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

im Rahmen des Bundesprogramms

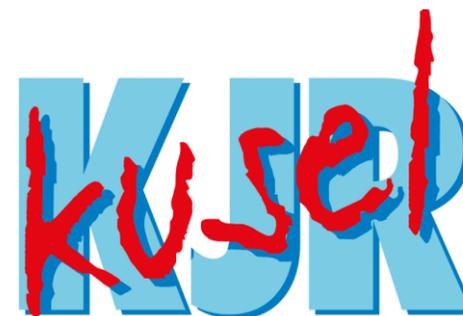
Demokratie **leben!**



Selbstbehauptung/ Selbstverteidigung

für Mädchen

stark – sicher – selbstbewusst



Kreisjugendring Kusel e.V.

„...alles Kopfsache...“

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung beginnt im Kopf – d. h. die Entscheidung muss fallen, „hier ist die Grenze“. Erst dann kann ich mich wehren. Diese zu erkennen und dann auch noch angemessen zu handeln, erfordert Übung.

Mit Gruppen- und Partnerübungen Reaktion schulen, den Körper kennenlernen (Vitalpunkte), sich trauen, den anderen abzuwehren, anzufassen d. h. wenn nötig mit Kontern zu schocken, dabei Respekt anderen gegenüber zeigen und genauso Respekt für sich selbst einzufordern!

Ganz klar wird auch deutlich gemacht, dass es keine „Zaubertechniken“ gibt, aber jeder (altersentsprechend) gute kleine Möglichkeiten hat, sich gegen Angriffe – ob verbal oder körperlich – zur Wehr zu setzen!

Dies ist ein Kurs zum Erlernen der Grundkenntnisse der Selbstbehauptung und Selbstverteidigung. Lerne dich selbst und deine Stärken kennen

Wir werden ernst werden, nachdenken, üben
aber auch viel Spaß und Grund zum Lachen haben.

Die Techniken der Selbstverteidigung vermittelt Frau Michaela Rohé vom Karate Dojo Schönenberg e.V.



Veranstalter:

Kreisjugendring Kusel e.V.

Evang. Jugendzentrale Kusel

Sportjugend

Anmeldungen an:

Evang. Jugendzentrale

Landschaftsstr. 8

66869 Kusel

Tel.: 06381 / 8325

E-mail: djz.kusel@t-online.de