

Vom 8. April bis 27. Mai 2016 findet ein Selbstverteidigungskurs für Frauen statt.

An 8 Abenden, jeweils freitags ab 19 Uhr werden alltagstaugliche Verteidigungstechniken vermittelt.

Anmeldungen sind ab sofort jeweils Dienstags und Donnerstags in unserer Trainingsstätte von 16.30 bis 19.30 Uhr möglich.

Die Gebühr für den Kurs beträgt 50 Euro und ist bei der Anmeldung zu entrichten.