

Kunst der Selbstverteidigung



Dieser Kurs richtet sich an alle Erwachsenen, die schon immer die Kunst der Selbstverteidigung erlernen wollten. Durch gezieltes Training lernt man, sich in einer Notsituation richtig zu verhalten und, wenn notwendig, den Angreifer kampfunfähig zu machen. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Wann: 28. September 2024 12:00 – 15:00 Uhr

Trainer: Großmeister Vahid Kermany und Meister Ciumarz Kermany

Kosten: 25€ für Interessierte, 15€ für Mitglieder des Studios

Eine Anmeldung ist per SMS/WhatsApp/Signal oder per Email möglich.

Wir freuen uns auf DICH
Rebecca, Vahid, Ciumarz

Rebeccas Studio
Breite Str. 28a
50226 Frechen
0157-516 45 403

rebeccastudio@rebeccawittkamp.de

www.rebeccawittkamp.de



Rebeccas Studio
Deine sportliche Auszeit