



# Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen ab 12 Jahren

**Ab 24.05.2023: Wöchentlicher Kurs mit  
Kampfsporttrainer Christian Fleischmann**

**Wann:** Mittwochs von 18 bis 19 Uhr

**Wo:** JUHte-Laune Zelt Dernau  
(Gartenstraße 29-39)

Der einstündige Kurs richtet sich an Frauen jeden Alters und Mädchen ab 12 Jahren. Vermittelt werden Grundkenntnisse der Selbstverteidigung. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte Getränke, Sportschuhe und Sportsachen mitbringen.

Die Teilnahme am Kurs ist kostenlos. Für die Teilnahme ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich. Gerne per Mail an:

[Zirkuszelt.Dernau@johanniter.de](mailto:Zirkuszelt.Dernau@johanniter.de)



**JOHANNITER**