

# Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Erwachsene ab 18 J.

mit Khanh Hoang

**Einführungskurs (kompakt)**  
**- in den Herbstferien -**  
6 Termine im Vereinshaus

Mittwoch, 18.10. von 17:30 - 19:30

Samstag, 21.10. von 14:00 - 16:00

Mittwoch, 25.10. von 17:30 - 19:30

20,00 € für Mitglieder

40,00 € für Gäste

Kursinhalt: Trainiert werden u.a. Abwehrtechniken, Angriff und Verteidigung oder Verhaltensregeln in schwierigen Situationen. Außerdem werden Situationen geübt z.B. Täter und Opfer im Rollenspiel.

Anmeldeformular und weitere Infos auf unserer homepage

[sport@st-pauli-turnverein.de](mailto:sport@st-pauli-turnverein.de)

[www.st-pauli-turnverein.de](http://www.st-pauli-turnverein.de)

[Tel. 34 01 25](tel:340125)