

TSV Jahn Freising

# Selbstverteidigung Basiskurs für Frauen & Männer

Ab 15 Jahre – Maximal 26 Teilnehmer

Krav Maga Grundtechniken  
Hilfsmittel zur Selbstverteidigung  
Rechtliche Grundlagen



+ **Jahnhalle, Fischergasse**

+ **2. Dezember 2023 // 9.00 - 14.00 Uhr**

+ **Anita Sebestyén & Christian Denk**

Gewaltpräventionstrainerin

Polizeibeamter i.R., Krav Maga Instructor

## Fragen zum Kurs?

Infos unter **0179 877 93 40** oder unter  
**[www.cd-selbstverteidigung.de](http://www.cd-selbstverteidigung.de)**

## Anmelden?

In der **Geschäftsstelle** Fischergasse 23  
oder per email [info@tsv-jahn-freising.de](mailto:info@tsv-jahn-freising.de)

**Teilnahmegebühr: Mitglieder 20 €,  
Nichtmitglieder 40 €.**

