



TSV Jahn Freising 1861 e.V.

# Selbstverteidigung Frauen Basiskurs

Ab 15 Jahre – ohne Kampfsport-Vorkenntnisse!

Der Kurs beinhaltet leicht zu erlernende Techniken aus dem KRAV MAGA.

Einfache Sportbekleidung genügt.  
Maximal 16 Teilnehmerinnen.



+ Jahnhalle, Fischergasse

+ 27. Oktober 2024 // 9.00 - 14.00 Uhr

+ Anita Sebestyen & Christian Denk

Pädagogin für Gewaltprävention

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 €.**

