



**Selbstbehauptung und Kampfspiele
Endlich selbstbewusst und stark!**



Respect! – Selbstbehauptung für Jungs der 4. bis 6. Klasse

Du willst dich mit anderen Jungs in fairen Kämpfen messen?
 Du willst deine ganze Kraft spüren?
 Du willst erfahren was Ehre und Respekt bedeutet?

Dann ist dieser Kurs für Selbstbehauptung und Kampfspiele genau das Richtige für dich! In einer Gruppe lernst du, wie du dich gegenüber Gleichaltrigen und Erwachsenen besser behaupten kannst. Du lernst deine Grenzen früher und besser bemerken, auszudrücken und zu verteidigen. Beim Kämpfen kannst du deine ganze Kraft einsetzen, aber so fair und achtsam, dass es Freude macht und nicht weh tut. Und bei allem Ernst macht das auch noch ganz viel Spass!

Wann: **Mittwoch 8. Dezember 2010 und Mittwoch, 15. Dezember 2010**
 Zeit: 14.00 – 18.00 Uhr
 Ort: Mehrzweckhalle Bärenschwil, Raum 3

Kurskosten: **Fr. 90.-* für Bärenswiler**, Fr. 140.- für Auswärtige
***subventionierter Kurspreis**

Info & Kursleitung: www.respect-selbstbehauptung.ch
 André Becchio: Trainer Respect!, Anleiter Kampfspiele,
 Sozialpädagoge HFS

Versicherung: ist Sache der Teilnehmer

Anmeldung: bis 15.11.2010 an jugendfoerderung@baeretswil.ch
 Verantwortlich für Durchführung: Anlaufstelle für Jugendförderung, Schulhausstrasse 2,
 8344 Bärenschwil