



## Selbstbehauptung und Kampfespiele Endlich selbstbewusst und stark!



### Respect! – Selbstbehauptung für Jungs der 6. Klasse bis 3. Sekundarschule

Du willst dich mit anderen Jungs in fairen Kämpfen messen?

Du willst deine ganze Kraft spüren?

Du willst erfahren was Ehre und Respekt bedeuten?

Dann ist dieser Kurs für Selbstbehauptung und Kampfespiele 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 17. März 2010 und Mittwoch 31. März 2010

Zeit: 14.00 – 18.00 Uhr

Ort: Mehrzweckhalle Bäretswil, Raum 3

Kurskosten: Fr. 140.- \*

Information und [www.respect-selbstbehauptung.ch](http://www.respect-selbstbehauptung.ch)

Kursleitung: André Becchio: Trainer Respect!, Anleiter Kampfespiele, Sozialpädagoge HFS

Versicherung: ist Sache der Teilnehmer

Verantwortlich bis 28. Februar 2010 an

für Durchführung und Anmeldung: Anlaufstelle für Jugendförderung, Schulhausstrasse 2, 8344 Bäretswil oder [jugendfoerderung@baeretswil.ch](mailto:jugendfoerderung@baeretswil.ch)

\* Gesuche um Kostenreduktion werden vertraulich gehandhabt, sind schriftlich und mit Begründung der Anlaufstelle für Jugendförderung Bäretswil einzureichen.