

Selbstverteidigungskursus

Für jugendliche und erwachsene Einsteiger ab 16 Jahre

Keine besonderen Vorkenntnisse notwendig

8 Trainingseinheiten jeweils Donnerstags von 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr
durch zertifizierte Selbstverteidigungstrainer

Teilnehmergebühr einmalig: 60 EUR

Beginn am 25.05.2023 - Bonn Oberkassel, Gottfried-Kinkel-Schule

Es werden Grundlagen der Selbstbehauptung und Selbstverteidigung vermittelt

Nach dem Kursus besteht die Möglichkeit innerhalb des Vereines Selbstverteidigung weiter zu trainieren

Ein Angebot des



1. Bonn-Beueler Shotokan Karate Dojo e.V.

Mitglied im DKV 

Kontakt und Anmeldung:

<https://www.karate-bonn-beuel.de/kontakt>

Tel.: +49 (0) 175 513 40 68

Der Veranstalter lehnt jegliche Haftung ab

Es gelten die zum Zeitpunkt aktuellen Coronaregelungen