

WIRKSAME SELBSTVERTEIDIGUNG

Für MÄNNER und FRAUEN

AB 25.4.24

DONNERSTAGS 17 - 18.30 UHR

Investiere in
Deine Sicherheit:

3 Monate
nur
120 €

asia
Fitness-Schule

Bewegung.
Gesundheit.
Leben.

WIRKSAME SELBSTVERTEIDIGUNG

Für MÄNNER und FRAUEN



**Ab 25.4.24 immer
donnerstags 17 - 18.30 Uhr**

Es werden in **realistischen Situationen** wirk-
same Techniken geübt und trainiert, damit Du
Dich auch wenn es mal brenzlig wird **sicher
fühlen** kannst.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig.



KURSLEITUNG:
George Gouramanis,
4.Dan, Gewaltschutztrainer



asia
Fitness-Schule
Bewegung.
Gesundheit.
Leben.

Zur Allerwelle 2
38518 Gifhorn
Tel.: 0 53 71 / 5 75 64
www.asiafitness-schule.de