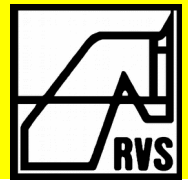


Selbstverteidigungskurs für Jugendliche und Frauen ab 15 Jahren



Für unseren **Selbstverteidigungskurs am 05.03.2016 um 15 Uhr** konnten wir den **Polizeioberkommissar Herrn Hügel** gewinnen. Herr Hügel betreibt, neben dem Dienst als Polizist, eine Schule der Kampfkünste hier in Sindelfingen, in der er auch Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskurse für Kinder und Erwachsene gibt.

Der Kurs findet im **Reiterstüble** statt und beinhaltet:

- ca. 30 Minuten Theorie
- ca. 60 Minuten praktische Übungen
- **Kosten 20 Euro pro Person**

Bitte meldet Euch verbindlich bis zum 01.03.2016 an.

Eine Teilnehmerliste hängt in der neuen Halle aus. Oder schickt eine Email an:

Jugend@rv-sindelfingen.de