

Mehrtägiger Selbstverteidigungskurs

15. November 2023

Für Jugendliche in Ostbelgien

Herbesthal. – Du möchtest dich selbstbewusster fühlen, Gefahrensituationen frühzeitig erkennen und nützliche Fähigkeiten erlernen? Dann solltest du am mehrtägigen Selbstverteidigungskurs von 4You(th) teilnehmen.

Daten: 25. November, 9. Dezember, 16. Dezember 2023 und 13. Januar 2024.
Uhrzeit: jeweils von 14 bis 17 Uhr. Ort: Jugendtreff Herbersthal (Rue de la Gare 20, 4710 Herbesthal). Kosten: 20€ pro Person.

Der erfahrene Trainer Sarkis Bas wird dich durch den ganzen Kurs begleiten. Er ist Schulleiter der Kampfkunst-Schule Eupen und beschäftigt sich seit fast 20 Jahren mit verschiedenen Kampfkünsten. Zusammen mit anderen Jugendlichen wirst du lernen, wie du dich in gefährlichen Situationen verteidigen kannst. Aber beim Kurs geht nicht nur ums Kämpfen, sondern auch darum, selbstbewusster zu werden und deinen eigenen Körper besser kennenzulernen.

Um jedem Jugendlichen die Teilnahme zu ermöglichen, werden die Jugendarbeiter:innen von 4You(th) an jedem Datum mit einem Minibus von der Eifel losfahren und Jugendliche sicher zum Treffpunkt und wieder zurückbringen.

Anmeldung bis zum 23. November per Formular auf 4youth.be im Bereich „Aktivitäten und Projekte“.

Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Die Aktivität ist für alle Jugendlichen aus Ostbelgien zwischen 14 und 20 Jahren.

Die Plätze sind begrenzt.