

„Sicher Jagen“

28./29./30.4.2023

3. Workshop

Einladung
Bayerische Jägerinnen

Aufgrund der großen Nachfrage findet ein weiterer Kurs statt. Dieser ist für Jägerinnen jeden Alters und Fitnesszustandes geeignet. In Zusammenarbeit mit der Kampfsportabteilung der SpVgg Bärenkeller Augsburg bieten wir ein abgerundetes Lernprogramm an einem Wochenende. Die Teilnehmeranzahl ist begrenzt.

Ansprechpartnerin: Annemarie Kern, kern.annemarie@pura.de, Tel.: +49 176 14604217

Zeitablauf:

- **Freitag, 28.4.2023 > 14 bis 19 Uhr**
 - Vortrag über rechtliche Aspekte durch die Polizei Augsburg
 - Prävention, Situationseinschätzung, Deeskalation
 - Selbstbehauptung
- **Samstag, 29.4.2023 > 9 bis 17 Uhr**
 - praktische Übungen, Abwehr, Befreiung, Bodenkampf
 - Schlag- und Tritttechniken
 - Gebrauch von Hilfsmitteln
- **Sonntag, 30.4.2023 > 9 – 13 Uhr**
 - Praktische Übungen
 - Vertiefung
 - Abschlussgespräch

Kursleiter:

Dr. med. M. Honikel, Sportmedizin
Selbstverteidigungslehrer, Stufe Gold des deutschen olympischen Sportbundes und deutscher Karateverband, 4 Dan.
Intensives Tutoring in Kleingruppen durch qualifizierte Trainer des SpVgg Bärenkeller Augsburg.

Essen / Trinken:

Für das leibliche Wohl ist gegen Entgelt gesorgt

Veranstaltungsort:

TSV 1871 Augsburg e.V., Meierweg 16, 86154 Augsburg

Outfit:

Bequeme Sportbekleidung

Unkostenbeitrag:

150 €; Die Anmeldung zur Teilnahme ist erst nach Eingang der Zahlung verbindlich.

Überweisung an: Winfried Unglert
IBAN: DE64 5001 0517 5405 2810 72
BIC: INGDDEFFXXX

Verwendungszweck:

Sicher Jagen + Name der Teilnehmerin „wichtig“

Anmeldung:

Winfried Unglert, E-Mail: Winfried.Unglert@web.de,
Tel.: +49 16097434393
Anmeldeschluss ist der 28.3.2023.

Unterkunft:

Auf Anfrage bei Annemarie Kern (Kontakt siehe oben)