

# Selbstverteidigungs Crash Kurs für Kinder (6-12 J.)

## Sicherheit, Mut & Selbstvertrauen stärken!



**Samstag, 22.11.2025 , 14:00 h – 17:30 h**



📍 **Ort: Welfen SC Braunschweig e.V., Hamburger Sr. 53,  
38114 Braunschweig (Im Schützenhaus)**

💰 **Beitrag: 20 € (bitte bei Anmeldung überweisen, IBAN DE 68270400800511300600)**

Kinder lernen spielerisch, sich selbstbewusst zu behaupten, Grenzen zu setzen und in schwierigen Situationen sicher aufzutreten. Der Kurs stärkt Mut, Selbstvertrauen und Körperbeherrschung – in einer sicheren, kindgerechten Umgebung.

- ◆ **Selbstbehauptung:** Klare Signale senden, Grenzen setzen.
- ◆ **Selbstverteidigung:** Einfache, wirksame Techniken.
- ◆ **Sicherheit:** Gefahren frühzeitig erkennen.
- ◆ **Mut & Selbstvertrauen:** Erfolgreich sein und daran wachsen.
- ◆ **Bewegung & Spaß:** Dynamische Spiele und Übungen.

**Anmelden per Mail unter:**

[judo.sv@t-online.de](mailto:judo.sv@t-online.de)

[Anmeldung@welfensport.de](mailto:Anmeldung@welfensport.de)

**Oder direkt über Kalender der  
Homepage [www.welfensport.de](http://www.welfensport.de)**

Ein starkes Selbstvertrauen schützt vor Mobbing und unsicherem Verhalten. Hier lernen Kinder nicht nur Techniken, sondern entwickeln ihre Persönlichkeit und den respektvollen Umgang mit anderen.

Leitung: Jürgen Wabbel, 2. DAN Judo, 3. DAN Ju Jitsu Goshon Jitso Realistische Selbstverteidigung NDP  
Zert. Trainer Selbstverteidigung und Gewaltprävention (Deutscher Judo Bund)