

Selbstsicherheit durch Selbstverteidigung

Lerne,

- * unsichere Situationen
... wahrzunehmen
... zu verstehen
- * richtig zu handeln
- * Dich selbst zu schützen



Vertraue Dir selbst und Deiner Fähigkeit,
Herausforderungen zu meistern

Wann? 11.03.2026, 18.03.2026, 25.03.2026
jeweils von 15.30 - 16.30 Uhr

Wo? Centrum f. Pädagogik & Therapie
Mit wem? Katja Ihlenburg & Steffi Bathke

Du hast Interesse ?
Dann melde Dich an: steffi.bathke@cepaeth.de