

Angebot

01

Gewaltprävention und
Selbstverteidigungskurs für Schulen,
Kindergärten, Jugendliche

02

Individuelle Pädagogisch
zugeschnittene Konzepte für
Schulen, Kindergärten,
Jugendeinrichtungen- und Soziale
Institutionen

03

Gewaltprävention und
Selbstverteidigungskurse für Soziale
Einrichtungen bzw. Institutionen für
das Klientel oder dem Personal



Kontakt

Ansprechpartner
Schulleiter Timothy Kramer



+0152 / 389309 38



wingsun-guenzburg@outlook.de.com



<https://wingsunschule-guenzburg.de/>



WingTsun ▶

Schule Günzburg

Die Intelligente Selbstverteidigung



SHINOBI KIDS AND TEENS

"STARK FÜRS LEBEN – SELBSTBEWUSST UND SICHER!"

Copyright 2024© by Timothy Kramer



WingTsun ▶

Schule Günzburg

Die Intelligente Selbstverteidigung

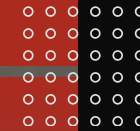
Kern der Vermittlung

- Aufmerksamkeit
 - Disziplin
- Eigenverantwortung
 - Fleiß
- Hilfsbereitschaft
 - Kritikfähigkeit
 - Zielstrebigkeit
 - Zivilcourage



Ziele der Übungen

- Optimales Gleichgewicht in allen Situationen
- Erhaltung des Gleichgewichts in Streitsituationen
- Erreichen einer inneren Balance durch die Gewissheit, dass wir körperlich nicht stärker sein müssen, als ein möglicher Angreifer
- Sich selbst und andere fühlen und mitfühlen können



<https://wingtsunschule-guenzburg.de/>

Unterrichtsangebot

- Gesunde Bewegung
- Sichere Selbstbehauptung
- Angemessene Selbstverteidigung

Inhalt- Programm

- Koordinierende Bewegungsformen
- Anwendbarkeit der Formelemente
 - Fühl- und Balanceübungen
 - Der Bewegungszirkel
 - Rollenspiele für den Ernstfall
 - Schlagpolsterübungen mit Stimmeneinsatz
- Bewegungs- und Ringkampfspiele
- Wertevermittlung durch Motto des Monats
 - Leistungen & Kosten