



Angebot für alle Kinder in den Herbstferien!

3-Tage-Kurs Selbstbehauptung und Gewaltprävention mit viel Spaß erarbeiten!



Der Förderverein der Markgrafenschule Weidenbach bietet innerhalb der Herbstferien an 3 Tagen (2., 3. und 4. November) für die Kinder der Markgrafenschule Weidenbach und der Grundschule in Ornbau einen Kurs mit Michael Lewerenz ("Selbstbewusstsein stärken"). In Schulen und Kindergärten gibt es Konfliktsituationen, leider oftmals auch mit körperlichen Übergriffen. Mit Selbstsicherheitstrainings, (Selbstverteidigungskursen/ Gewaltpräventionskursen) stärken wir das Selbstvertrauen und Körperbewusstsein der Kinder. Spielerisch lernen die Kids mit ihrer Kraft gezielt einzusetzen und besser zu dosieren. Einfache Anwendungen vermitteln einen ersten Eindruck sich zu behaupten. Abschließend gibt es Spiele für alle. Das Training fördert die Bewegung, Grob- und Feinmotorik. Das Selbstbewusstsein und die Sicherheit werden gestärkt. Einfache Regeln helfen, sich in der Gruppe zu recht zu finden, auch über die Kurszeit hinaus. Gerade Mädchen lernen Techniken, sich verbal und

körperlich zu wehren.

Tagesablauf:

- wir beginnen mit 1,5 – 2 Std. Selbstverteidigung (10.30 – 12.00 Uhr)
- dann folgt die Mittagspause, ca. 30 – 45 Min. (12.00 – 12.30/45 Uhr)
- dann folgen Sportspiele ca. 45 Min. (12.45 – 13.45 Uhr)
- Obstpause von 13.45– 14.00 Uhr
- dann wieder Selbstverteidigung (14.00 – 15.30 Uhr)

Jeder Teilnehmer ist für seinen Versicherungsschutz selbst verantwortlich

3 Tage (2.-4.11.) in den Herbstferien
in der Markgrafenschule Weidenbach (Gymnastikhalle):
Beginn jeweils 10.30 Uhr, Ende ca. 15.30 Uhr.

Kosten für 3 Tage: **45,00 EUR**

Das heißt: pro Tag nur 15,00 EUR, zuzüglich, wenn gewünscht, Essen und Verpflegung in der Pause. Voraussetzung wäre, das mindestens 8 – 10 Kinder angemeldet werden. Bei Geschwisterkindern gibt es Nachlass (40.-€)

P.S. Ein Kinobesuch kostet auch schon ca. 10,00 EUR!

Bitte einfach nachfolgendes Blatt ausfüllen und dem Lehrer/in zurückgeben!

Bitte mitbringen: Hallenturnschule, Trinkflasche und Sportkleidung, eventuell Vesper

Petra Jost

Vorsitzende des Fördervereins der Markgrafenschule Weidenbach



**Ich/Wir melde/n unser Kind/er für den
3-Tage Kurs am 2, 3. Und 4. November an:**

(Name, Alter, Klasse)

**Ich/Wir hätte/n Interesse auch Geschwister,
die nicht auf der Markgrafenschule sind, anzumelden:**

(Name, Alter, Klasse)

Einen Infoabend würde ich besuchen: : ja nein