

SELBSTVERTEIDIGUNGSKURS IN STAINACH-PÜRGG SAMSTAG 15. MÄRZ 2025 GASTHAUS DACHSTEINBLICK



KINDER

10:00 - 12:30 Uhr
€ 25,-
9 - 13 Jahre

ERWACHSENE

13:30 - 17:00 Uhr
€ 35,-
ab 14 Jahre

Profi CHRISTOPH GAAR
zu Gast in unserer Gemeinde

SICHER und SELBSTBEWUSST ins neue Jahr 2025!

Selbstverteidigung gegen Greifen, Ziehen, Drücken

Selbstverteidigung gegen Festhalten und gegen
Würge-Angriffe

Schutzpositionen gegen die häufigsten
Angriffsvarianten

Steigerung der Effektivität eigener Schläge und
Tritte

„Universallösung“



Abwehr körperlich überlegener Angreifer

Selbstverteidigung gegen mehrere Angreifer

Selbstverteidigung gegen Angriffe mit Waffen
(Messer, etc.)



Wir freuen uns auf dich!



Steirischer
Bauernbund

Stainach-Pürgg

JETZT ANMELDEN

0664/88904015

Lisi & Martina Schachner

Veranstaltung vom
Bauernbund
Stainach-Pürgg