



Powerkurs für Buben 2. bis 4. Klasse

Altersabweichende Anfragen
können individuell besprochen werden

Im Kurs gibt es...

- Spiele mit Bewegung
- angeleitete kämpferische Spiele (freiwillig)
- Kurze Diskussionen und Geschichten
- Kraftübungen
- viel zu lachen

In den Powerkursen lernst du

- Gefahren zu erkennen
- deine Kraft zu spüren
- dich durchzusetzen
- zu dir stehen
- andere zu respektieren
- Grenzen zu setzen

In diesem Kurs lernst du besonders

- deine Stimme und dein Körper einzusetzen
- wie du dich in Sicherheit bringen kannst

Im Training....

wird es keine Prügeleien geben, keine Kränkungen und Blamagen, sondern freiwillige kämpferische Spiele mit Achtung voreinander, nach klaren Regeln und mit einem erwachsenen Schiedsrichter. Das Training stärkt den Zusammenhalt unter den Buben. Jeder Einzelne findet seinen Platz in der Gruppe, wo er sich wohl fühlt.

Du bist willkommen!

Hat dir bisher eher der Mut gefehlt, um dich zu wehren?
Gerätst du immer wieder in Raufereien, weil der andere „blöd geguckt“ hat?
Schön, wenn du auch dabei bist!

Kurs 1

Mi, 24. Oktober 2018 13.00 - 15.00 Uhr
Mi, 31. Oktober 2018 13.00 - 15.00 Uhr
Mi, 7. November 2018 13.00 - 15.00 Uhr

Kurs 2

Mi, 24. Oktober 2018 15.45 - 17.45 Uhr
Mi, 31. Oktober 2018 15.45 - 17.45 Uhr
Mi, 7. November 2018 15.45 - 17.45 Uhr*

*Es besteht die Möglichkeit am 7. November eine halbe Stunde vor Schluss einen Einblick in den Kurs zu erhalten, alle Eltern sind herzlich willkommen.

Ort

Turnhalle Hagendorf

Kosten

Fr. 150.- pro Bub
(mind. 6 Teilnehmer / max. 8 Teilnehmer)
bei kurzfristiger Absage wird ein Unkostenbeitrag verrechnet. Mit finanzieller Unterstützung der Gemeinde Cham

Leitung

Andreas Treier, Phaemotherapeut®,
Gewaltpädagoge® GHM,
Leiter Selbstbehauptung und Kampfspiele®, Anwender Original Play®
www.echtstark.ch

Anmeldung

Bis 25. September 2018
bei Silvia Hübscher, 041 910 24 38