

Selbstverteidigung, Selbstbehauptung, Eigenschutzstraining.



ZANFINO TOTAL DEFENSE
Based on Korean Hwal Moo Do

Einladung "women's self defense" Kurs 2014

Hwal Moo Hapkido Selbstverteidigungsseminare für Frauen

Polizeikräfte, Sicherheitsdienste, Juristen, Lehr-, Führungskräfte, Frauen & Mädchen Self Defense, Personaltraining, Militärischer Nahkampf „Survival-Disarming-Training“

Es sind nicht nur die spektakulären Fälle, die Frauen beunruhigen. Viele müssen sich fast Täglich mit „plumper Anmache“, verbalen Anzüglichkeiten oder sogar lästigen Tätscheln oder Begrapschen auseinandersetzen. Selbst dieser relativ harmlosen, für die Betroffene nicht minder erniedrigenden Situation stehen die meisten Frauen und Mädchen hilflos gegenüber. Selbstverteidigung beginnt dort, wo Blicke, Berührungen Worte die Integrität einer Frau verletzen, „Ich habe das Recht, den Mut und die Kraft mich zu wehren“

Zum „women self-defence“ Training gehören:

- Gefahren rechtzeitig erkennen und vermeiden
- Angreifer neutralisieren bzw. unschädlich machen
- Sich aus Festhalte- und Würgegriffen lösen
- Verteidigung aus der Bodenlage
- Aktive Verteidigung durch verbale Handlungen
- Messer, Faustfeuerwaffe & Stockabwehr mit anschließender Flucht
- Rollenspiele „Opfer Täter Szenarien, Mobbing“



Die ZTD Faruenkurse (ab 16 Jahre) sind so konzipiert, dass sowohl Anfängerinnen als auch Frauen mit Kampfsport- Erfahrung teilnehmen können.

Einzelheiten und die Anmeldeunterlagen finden Sie unter www.zanfino-total-defense.de

Ich freue mich, Sie begrüßen zu dürfen.
Natale Zanfino



In diesen vier Wochenend-Intensiv-Kurs werden Ihnen die Grundlagen des Hwal Moo Hapkido Selbstverteidigung kompakt vermittelt. Danach haben Sie dann die Möglichkeit, das bereits Erlernte in den offenen Stunden weiter zu Trainieren und zu vertiefen.

Der vierteilige ZTD-Kurs startet am 06.04.2014 und kann in beliebiger Reihenfolge gebucht werden. Bitte bequeme Sportbekleidung und Handtuch mitbringen!

Trainingsort:

Hapkido & Thaibox Center
Max-Planck-Strasse 21a
61381 Friedrichsdorf

Kurstermine jeweils Sonntag:

06.04; 11.05; 08.06; 06.07.2014

Trainingszeiten:

11:00 - 15:30 Uhr

Kosten: 100,-€; Mitglieder 80€
Einzelkurs 25€ bzw. 20,-€

Kurs-Anmeldung:

Telefon, Email, Fax oder SMS

ZANFINO TOTAL DEFENSE©
Privates Ausbildungszentrum
Telefon: +49 (0)6034-9396992

Fax: +49 (0)6034-9387141
Mobil: +49 (0)177-9771193

info@zanfino-total-defense.de
www.zanfino-total-defense.de