

Selbstverteidigung, Eigenschutzstraining, Nahkampftraining.



ZANFINO TOTAL DEFENSE
Based on Korean Hwal Moo Do

Einladung "women's self defense"

Hwal Moo Hapkido- Selbstverteidigungsseminar 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 Annäherung“, 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:

- 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“

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

Ich freue mich, Sie begrüßen zu dürfen.

ZANFINO TOTAL DEFENSE©
Natale Zanfino

In diesen 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.

Die Zanfino Total Defense Frauenkurse (ab 17 Jahre) sind so konzipiert, dass sowohl Anfängerinnen als Frauen mit Kampfsport- Erfahrungen teilnehmen können. Bitte bequeme Sportbekleidung und Handtuch mitbringen!



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

Termin:
Sonntag; 03. März 2013

Kosten: 30,- Euro,
Mitglieder 25,-€

Trainingszeiten:
12:00 - 16:30 Uhr

Kurs-Anmeldung:
Telefon, Email, Fax oder SMS

ZANFINO TOTAL DEFENSE©
Privates Ausbildungszentrum
Natale Zanfino
D-61381 Friedrichsdorf

Telefon: +49 (0)6034-9396992
Telefax: +49 (0)6034-9387141
Mobil: +49 (0)177-9771193

info@zanfino-total-defense.de
www.zanfino-total-defense.de
<http://www.youtube.com/user/natale5531>