



SICHERHEIT FÜR KIDS EICHENBERG

Sicherheitsprogramm für Kinder von 6 – 12 Jahren

- **Wann:** Samstag, 15. März 2025
- **Kursort:** Mehrzweckgebäude Eichenberg, Sonnenhalde 9, 6911 Eichenberg
- **Kurszeiten:** 09:30 - 11:30
- **Kosten:** 25 Euro pro Kind, 20 Euro für Mitglieder Karate Eichenberg (zu zahlen in Bar vor Ort)
- **Info:** Stefan Mayr, +43 660 108 99 00
- **Anmeldung:** per Email, office@karate-eichenberg.at
Die Anmeldung vor dem Kurs ist unbedingt erforderlich!
Anmeldung mit untenstehenden QR-Code
- **Kleidung:** Bequeme Sport- od. Freizeitkleidung, Turnschuhe, Trinkflasche

Sicherheit für Kids ist ein Kurs speziell für Kinder den wir im Verein und auch in Volksschulen anbieten. In mehreren Unterrichtseinheiten beschäftigen wir uns mit einer Mischung aus Theorie und Praxis zum Thema Selbstverteidigung und Gewaltprävention, altersgerecht vermittelt. Kinder lernen wie sie Gefahrensituationen erkennen und vermeiden können. Auch einfache Befreiungsmöglichkeiten gegen Gleichaltrige stehen am Programm. Wie kann ich einer Konfrontation aus dem Wege gehen, wie komme ich aus einer solchen wieder heraus, ohne Gewalt einzusetzen? Wie kann ich anderen Mitschülern oder Freunden helfen, die einer Gefahr ausgesetzt sind? Dies und noch mehr werden wir im Unterricht behandeln. Einfach, altersbezogen und manches auch spielerisch begreifbar machen, das ist unser Ansatz.

Das lernst du bei uns:

- Selbstbewusstsein steigern
- Sicheres Auftreten
- Einfache Befreiungsmöglichkeiten
- Einfache Verteidigungstechniken
- Erkennen und Verhalten in Konflikt- und Gefahrensituationen
- Grenzen setzen!
- Gewaltprävention
- Deeskalationstechniken
- Angstbewältigung
- Antimobbingtraining

