



# KURSSTART: SELBSTVERTEIDIGUNG

Den  
Teilnehmer\*innen  
werden in 10 x 90 Min  
Einheiten die ersten  
Grundprinzipien der  
Selbstverteidigung in  
Theorie und Praxis  
vermittelt.



Start: ab **24.08.2021**  
jeden **Dienstag** um **17:30 Uhr**



Zentrum für Selbstverteidigung  
& Gesundheit e.V.  
**Brückenstraße 14,**  
**63897 Miltenberg**



10 Kurseinheiten à 90 min  
insgesamt **20,00 EUR**



Kursleiter: Herr Ihlow



Anmeldung im Sekretariat: Telefon 09371-80325  
Susanne.kiesel@awo-unterfranken.de