



## Starkes Ich

### Selbstbehauptung für Kinder

Sicher auf dem Schulhof und dem Spielplatz,  
alleine unterwegs, im Umfeld der Familie  
und im Umgang mit Fremden

Judo-Sportverein Speyer  
Butenschönstraße 8  
67346 Speyer  
Tel. 06232/980461  
seiler@jsv-speyer.de  
www.judo-speyer.de

## Selbstbehauptung für Kinder

**Stark sein:** Wie können sich Kinder wehren? Wie können sie Körpersprache und Stimme einsetzen, um selbstbewusst Grenzen zu ziehen? Wie können sie andere Kinder oder zu forsche Erwachsene in ihre Schranken weisen? Wie können Sie Ihr Kind darin unterstützen, Stärke zu entwickeln, kein Opfer mehr zu sein, mutig eigene Wege zu gehen?

Der Kurs richtet sich an Kinder im Alter von 5 bis 7 Jahre und ihre Eltern. Gemeinsam lernen Sie Gefühle wie Angst und Unsicherheit bei sich selbst, Ihrem Kind und anderen wahrzunehmen, ein klares Nein auszusprechen und zu akzeptieren sowie spielerisch Selbstbehauptungsmethoden ohne Kampfsporttechniken anzuwenden.

<b>Teilnehmer</b>	Kinder 5 bis 7 Jahre + Eltern
<b>Zeit</b>	an 2 Samstagen je 2 x 45 Minuten
<b>Kurs 1</b>	22. + 29. August, 10-12 Uhr
<b>Kurs 2</b>	31. Oktober + 7. November, 14-16 Uhr
<b>Kursgebühr</b>	pro Kurs für 1 Kind + 1 Erwachsener: 59 € (49 € für JSV-Vereinsmitglieder)
<b>Ort</b>	Judomaxx, Butenschönstraße 8, Speyer
<b>Mitbringen</b>	bequeme Kleidung, dicke Socken, Getränk

### Kursleitung

Alexander Kostic, Trainer für SV und Gewaltprävention  
Alexandra Kostic, Übungsleiterin für Vorschulkinder und Babykurse  
Nicole Seiler, Erzieherin, Übungsleiterin

Weitere Informationen und Anmeldung unter  
seiler@jsv-speyer.de oder telefonisch beim JSV: 06232/980461,  
am besten montags vormittags.