



Budo Schule Randokan



Beweglich

Sicher

Gelassen

Be-dir-dihei- Verteidigungs- vorem-Usgang-Kurs

Im Ausgang gibt's manchmal blöde Situationen. Typen, die es einfach nicht tscheggen, wenn man nicht will, was sie wollen. Männer, die das Gefühl haben, sie können überall hinfassen, wo es ihnen gerade passt.

Schwierig rauszufinden, was man in so einer Situation tun könnte. Wird's ächt nur noch schlimmer, wenn ich etwas tue oder wäre es jetzt eben gerade nötig? Das finden wir gemeinsam raus!

Wir kommen zu dir nach Hause. Gemeinsam mit deinen Kolleginnen kannst du uns buchen. Zum Beispiel gleich vor eurem Ausgang. Beim lockeren Apéro bringen wir euch bei was in blöden Situationen funktionieren kann. Wir finden raus, wie ihr euer Outfit als Waffe einsetzen könnt und welche guten Sprüche meist schon zu einer Entspannung beitragen.

Welche Themen wir genau besprechen, machen wir gemeinsam ab. Und wer weiss vielleicht braucht ihr das neue Wissen ja bereits schon später im Ausgang.

Laufzeit	Kurzseminar
Dauer	1 bis 2 Stunden
Alter	12 – 99 Jahre
Kursort	Bei dir zuhause

Kursdatum

Bestimmst du selbst

Voraussetzungen

Gar keine.

Anmeldung

Bei der Gastgeberin

Deine Investition

Kurzseminar CHF 190.–

Kursleitung



Das Team unter der Leitung von Suzanne Emch garantiert Ihnen eine professionelle, fundierte Kursleitung.
