

# Selbstverteidigungskurs für Mädchen der 4. bis 6. Klasse

## Am 10. und 11. April 2017



### Wen-Do

**Wen-Do** setzt sich mit der Problematik der Gewalt gegen Frauen und Mädchen auseinander und diskutiert gesellschaftliche Rollenerwartungen.

Im **Wen-Do Kurs** erlernst du körperliche und verbale Techniken der Selbstverteidigung und Selbstbehauptung in Alltagssituationen. Du gewinnst mehr Sicherheit und lernst dich zu behaupten und deinen Raum zu verteidigen. Im Kurs werden Unsicherheiten und Ängste angesprochen und du lernst deine vorhandenen Kräfte zu erkennen.

Der **Wen-Do Kurs** in Muri-Gümligen wird organisiert von der offenen Kinder- und Jugendarbeit Muri-Gümligen (OKJA) und der Jugendarbeit der Kirchgemeinde Muri-Gümligen.

### Wen-Do Kurs

#### Selbstverteidigungskurs für Mädchen der 4. bis 6. Klasse

**Wann:** Montag/Dienstag, 10. und 11. April 2017 von 11:00 bis 16:00 Uhr

**Wo:** Thoracherhus, Kranichweg 10, 3074 Muri

**Leitung:** Jeanne Allemann, Wen-Do Trainerin ([www.wendo.ch](http://www.wendo.ch))

**Mitbringen:** Schlafsack mit Hülle (zum Üben der Schläge)  
Bequeme, warme Kleider (evtl. Trainingsanzug)  
Picknick und etwas zum Trinken

**Kosten:** Fr. 90.-, einzuzahlen nach der Bestätigung deiner Anmeldung.  
Reduktion auf Anfrage möglich.

**Anmeldung:** Untenstehenden Anmeldetalon an Jugendarbeit der Kirchgemeinde Kranichweg 10, 3074 Muri  
Infos unter Tel: 031 950 44 48  
[seraina.wyssling@rkmg.ch](mailto:seraina.wyssling@rkmg.ch)

**Anmeldeschluss:** Montag, 20. März 2017. Die Platzzahl ist beschränkt.  
Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt.

**Versicherung:** Ist Sache der Teilnehmerinnen

#### Wen-Do Kurs Anmeldetalon

Name:..... Vorname:.....  
Adresse:..... Ort:.....  
☎Tel.:..... Geb.Datum:.....  
E-Mail:..... Unterschrift der Eltern:.....

Kurs Anmeldung auch per Mail möglich an:  
[seraina.wyssling@rkmg.ch](mailto:seraina.wyssling@rkmg.ch) oder [nicole.clematide@muri-guemligen.ch](mailto:nicole.clematide@muri-guemligen.ch)

Der Kurs wird organisiert vom:  
**Moditräff Muri-Gümligen**



**muri**  
b e r i

Fachstelle für  
Kinder- und  
Jugendfragen

**Jugendarbeit**  
KIRCHGEMEINDE MURI-GÜMLIGEN

**Fachstelle für Kinder- und Jugendfragen**

Muri-Gümligen  
Nicole Clematide  
Worbstrasse 211  
3073 Gümligen  
☎ 031 952 79 60

[fkjf@muri-guemligen.ch](mailto:fkjf@muri-guemligen.ch)

**Jugendarbeit der Kirchgemeinde**

Muri-Gümligen  
Seraina Wyssling  
Kranichweg 10  
3074 Muri  
☎ 031 950 44 48

[jugend@rkmg.ch](mailto:jugend@rkmg.ch)

