

„WingTsun“ – Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Kids + Teens

Herbstferienkurse 2022



Trainer: Jochen Krull / Lars Mikolai
(EWTO-Schule Lüneburg)

4 Herbstferienkurse „WingTsun“ – Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Kids + Teens (ab 6 Jahren) in der Sporthalle Neetze:

Kurs I Donnerstag, 20.10.2022, 10.00-11.10 Uhr

Kurs II Donnerstag, 20.10.2022, 11.30-12.40 Uhr

Kurs III Freitag, 21.10.2022, 10.00-11.10 Uhr

Kurs IV Freitag, 21.10.2022, 11.30-12.40 Uhr ¹

¹ „WingTsun“-Nachfolgekurs zum Sommerferienkurs – auch für Einsteiger*innen buchbar!

Die Teilnahme ist kostenfrei.²

Die Teilnahme an mehreren Kursen ist möglich.

Teilnahme nur mit verbindlicher Anmeldung im KICK-Ostheide bis zum 12.10.2022 - (begrenzte Personenanzahl pro Kurs!) - Kontakt siehe Rückseite

Auch Kinder und Jugendliche mit körperlichen, geistigen und/oder seelischen Teilhabebeschränkungen/Assistenzbedarf können teilnehmen! Bitte sprechen Sie uns an!

² Ferienkurse werden gefördert durch den Landkreis Lüneburg



SAMTGEMEINDE
OSTHEIDE

KICK
OSTHEIDE

Warum „WingTsun“?

„WingTsun“ ist eine 200 Jahre alte chinesische Kunst der Selbstbehauptung und Selbstverteidigung, welche besonders für kleinere und schwächere Menschen entwickelt wurde.

Schon immer fiel es vielen Menschen schwer, sich anderen gegenüber selbstbewußt zu verhalten und sich (mit Worten) durchzusetzen - selbst Erwachsenen. Kennst Du auch unangenehme Situationen mit Gleichaltrigen oder Erwachsenen? Erlebst Du Unsicherheiten bzgl. Freunden und Verwandten, in Schule, Gruppen oder (Cyber-)Mobbing und Hate-speech? Wünschst Du Dir in solchen Situationen mehr Selbstsicherheit und Stärke?

Beim „WingTsun“-Training erfährst Du, ...

- ...wie Du in schwierigen Situationen selbstbewusst und gut reagieren kannst!
- ...wie Du Dich angemessen behaupten oder - wenn nötig - auch körperlich verteidigen kannst!
- ...welche körperlichen, geistigen Kräfte in Dir stecken!

Hast Du Lust auf einen spannenden Workshop und viel Spaß in einer kleinen Gruppe? Dann sei dabei!



EWTO-Schule Lüneburg

WingTsun für Erwachsene,
Teens und Kids

Zu den Personen



Jochen Krull/

Trainer Kids

Diplom Sozialarbeiter/
Sozialpädagoge

Trainer für Selbstbehauptung und Selbstverteidigung im WingTsun (EWTO – Europäische WingTsun Organisation) mit den Fachausbildungen:

- Fachtrainer Kinder
- Fachtrainer Frauenselbstverteidigung
- Fachtrainer Gewaltprävention
- Fachtrainer Gewaltintervention/
Opferschutz



Lars Mikolai

Trainer Teens

Ausbildung zum Film-
& Videoeditor

- Editor der Serie „Rote Rosen“ in Lüneburg
- Über verschiedene Kampfsportarten wie Shotokan- Karate, Jiu Jitsu oder Kickboxen führte der Weg 2013 zur Kampfkunst WingTsun
- Seit 2019 Ausbilder für Teenager in der WingTsun-Schule Lüneburg

Infos beim:

KICK-Ostheide
Lüneburger Landstr. 7a
21398 Neetze

Tel: 05850 - 472

E-Mail: vomhofe@kick-ostheide.de