



Vertretungsberechtigter Vorstand:
Detlev Czoske, Alexander Kraus,
Christian Reker

Vereinsregister:
VR 20210 Amtsgericht Düsseldorf

Telefon: 02102 / 74005-0

Telefax: 02102 / 74005-99

Mail: mail@tus08lintorf.de

Internet: www.tus08lintorf.de

Inhaber: TuS 08 Lintorf e.V.

Bank: Sparkasse HRV

BIC: WELADED1VEL

IBAN: DE07 3345 0000 1040 7279 09

TuS 08 Lintorf informiert

> TuSfit <

Pressemitteilung vom 01. März 2018

Selbstverteidigung auf Wing-Tsun-Basis

Gefahrensituationen erkennen und deeskalierend entgegenwirken

Beim Wing Tsun geht es primär darum, der Konfrontation so wenig Angriffsfläche wie möglich zu geben. Gefahrensituationen zu erkennen und deeskalierend darauf zu reagieren ist das erklärte Ziel dieser „Kampftechnik“. Durch selbstsicheres Auftreten können Konflikte u.U. schon im Keim erstickt werden.

Den Teilnehmern werden durch den erfahrenen Wing-Tsun-Trainer Sebastian Schäfer wichtige Tipps gegeben, wie sie sich bei Bedarf richtig verhalten und der Eskalation einer Situation entgegenwirken können. Der Fokus dieses Kurses liegt auf dem Erkennen von Gefahren und Konflikten, um diese richtig einzuschätzen und positiv darauf einzuwirken.

Zum Teil werden in Rollenspielen diese Situationen dargestellt und die Möglichkeiten aufgezeigt, richtig darauf zu reagieren.

Dieser kostenlose Workshop richtet sich sowohl an männliche wie auch weibliche Teilnehmer ab 14 Jahren und findet am Samstag, 10. März 2018, von 10-12 Uhr im Gesundheitszentrum „TuSfit“ des TuS 08 Lintorf, Brandsheide 30, statt.

Aufgrund der begrenzten Anzahl von Plätzen wird um Voranmeldung gebeten.

Alle wichtigen Informationen erhalten Sie unter www.tusfit.de oder unter Tel. 02102 / 74005-0. Die Mitarbeiter/innen des TuSfit freuen sich auf Ihren Besuch.

Ihr Team des TuS 08 Lintorf

TUSfit Zentrum für Gesundheit,
Fitness und Sport

WING-TSUN

Der kluge Weg zur Selbstverteidigung

ab 14 Jahren

**Kostenloser
Workshop***

Wo: Gesundheitszentrum TuSfit
Wann: Samstag, den 10.03.2018
10⁰⁰ bis 12⁰⁰ Uhr

*Voranmeldung erforderlich