

Neues aus dem Kindergarten

Conny Schläfer von der örtlichen Allstyle Jitsu Schule und Emanuel Giuliano der als Coach von Coll Double X tätig ist, waren zu Besuch im Kindergarten.

Sie gaben unseren Langhälsen einen kleinen Einblick in die Selbstverteidigung und ins Coolness Training. In vier Stunden wurden viele Fragen besprochen und auch praktische Übungen dazu gemacht. Zum Beispiel: Wie erkenne ich gefährliche Situationen und wie kann ich sie vermeiden; wie bewege ich mich in der Öffentlichkeit um nicht hilflos oder überängstlich zu wirken; wie kann ich mir Hilfe holen oder mir selbst helfen. Wir bedanken uns ganz herzlich bei Conny und Emanuel für die lehrreichen, anstrengenden und lustigen Stunden.

