

# Selbstverteidigungskurs für Frauen und Mädchen



Die Karateabteilung des DJK-SV Pilsach e.V. führt unter der Leitung der beiden geprüften B-Trainer für Gewaltprävention und Selbstverteidigung im Bayerischen Karatebund Norbert Beyerlein und Josef Möges einen achtstündigen Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurs für Frauen und Mädchen durch.

Ort: Sportheim Pilsach  
Zeit: Sa./So. 02.11./03.11.2019 und 30.11/01.12.2019  
jeweils von 18.00 bis ca. 20.00 Uhr

Teilnehmerkreis: Frauen und Mädchen zwischen 14 und 99 Jahren  
Teilnehmerzahl: mindestens 8, maximal 20

Voraussetzungen: ausdrücklich keine  
mitzubringen: Turnschuhe

Trainer: Josef Möges, 4. Dan Karate, 2. Dan Kyusho-Jitsu  
B-Trainer Gewaltprävention und Selbstverteidigung im DOSB  
Norbert Beyerlein, 4. Dan Karate, 3. Dan Kyusho-Jitsu,  
B-Trainer Gewaltprävention und Selbstverteidigung im DOSB

Kosten: 40 € für Mitglieder des DJK-SV Pilsach  
45 € für Nichtmitglieder

Auskünfte: Josef Möges, Tel. 09181/466548  
Norbert Beyerlein, Tel. 09181/461596

Anmeldungen: Norbert Beyerlein, Tel. 09181/461596  
n.beyerlein@gmx.de

