



## Angebot für 2024

### Selbstverteidigungs-Kurs für Schulen/Klassen

Gewalt und Mobbing an Schulen wird leider immer mehr zum Thema und ist ein ernsthaftes Problem. Unser Selbstverteidigungskurs legt einen starken Fokus auf Gewaltprävention und Sicherheit. Wir vermitteln Techniken und Strategien, um potenziell gefährliche Situationen frühzeitig zu erkennen, zu vermeiden und schulen das Verhalten in Gefahrensituationen. Durch die Schulung von Aufmerksamkeit, Körperhaltung und Selbstbewusstsein stärken wir das Sicherheitsgefühl und reduzieren das Risiko von Konfrontationen.

---

### Selbstverteidigung Kursinformationen 2024

- Selbstverteidigung
- Deeskalationstechniken
- Rechtsgrundlagen
- Befreiungstechniken
- Gewalt-Prävention
- Dauer ca. 90 Minuten
- Ab 1. Klasse
- bei Modern Fight in Arendsee  
oder auch direkt an Schule möglich
- min. 10 Teilnehmer

**Preis: 10,00 € pro Person**

### Anti-Mobbing Zusatz Part

(Zu buchbare Option zum Selbstverteidigungskurs)

- Anti-Mobbing Strategien
- Konfliktlösungen
- respektvollem Umgang
- Förderung von Empathie
- Dauer ca. 30 Minuten
- Nur in Kombination mit  
Selbstverteidigungskurs

**Preis: zus. 3,50 € pro Person**

---

Es können bei externen Kursen außerhalb der Kampfsportschule Modern Fight Fahrtkosten entstehen. Bei Interesse kontaktieren Sie uns gern unter der E-Mail [info@modernfight.de](mailto:info@modernfight.de) oder per Telefon **0176/74748547**.