



## DJK Sportfreunde Dülmen Abteilung Judo



### Selbstbehauptungskurs für Kinder

„Unser Kurs soll den 9- bis 12-jährigen Teilnehmern dabei helfen, das eigene Selbstbewusstsein zu stärken, sie für potenziell gefährliche Situationen sensibilisieren, in denen sie sich dann selbst behaupten können.“

Klaus Schulze Temming (Kursleiter)

#### Kurs A

##### Die 7 Kurs-Termine

Dienstag und Donnerstag:

3., 5., 10., 12. April

jeweils 17:30 bis 19:00 Uhr

Samstag:

31. März, 14. und 21. April

jeweils 10.00 bis 11:30 Uhr

Wir bitten um verbindliche Anmeldung bis zum 20. März 2012, denn die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

#### Kurs B

##### Die 7 Kurs-Termine

Dienstag und Donnerstag:

9., 11., 16., 18. Oktober

jeweils 17:30 bis 19:00 Uhr

Samstag:

6., 13. und 20. Oktober

jeweils 10.00 bis 11:30 Uhr

Wir bitten um verbindliche Anmeldung bis zum 24. September 2012, denn die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

#### Der Kurs-Ort

Turnhalle der Augustinus Schule  
Sendener Straße in 48249 Dülmen

#### Das Kurs-Ziel

Verhaltenstraining zur Selbstbehauptung für  
Jungen im Alter von 8 bis 12 Jahren.

#### Die Kurs-Schwerpunkte

- Stärkung des kindlichen Selbstbewusstseins
- Selbstbehauptung durch verbale Abwehr
- Sensibilisierung für potenzielle Gefahren
- Einsortieren von guten und schlechten Gefühlen
- Grenzen setzen und lernen „Nein“ zu sagen

Zusammenarbeit Kinder – Eltern – Polizei

#### Ihr Ansprechpartner

Klaus Schulze Temming,  
Abteilungsleiter Judo  
Tel: 02594/86643 ---

E-Mail: [kst@djk-judo.de](mailto:kst@djk-judo.de).