



Rappelkiste - Lich-Steinstra  
Matthiasplatz 2  
52428 Jülich  
Tel. 02461 / 58374  
[rappelkiste.jue@kita-kreis-dueren.de](mailto:rappelkiste.jue@kita-kreis-dueren.de)



---

## Selbstsicherheitstraining für Mädchen 10-12 Jahre

Was du lernen kannst: Herausfinden, was du magst, wo deine Grenze ist, wie du dich wehrst, wenn jemand deine Grenze überschreitet.

Mit Pädagoginnen und Selbstverteidigungstrainerinnen lernst du, dich auch körperlich zu wehren. Außerdem gibt es einen kriminologischen Teil,

bei dem du lernst, was erlaubt ist und was verboten ist, was Hilfsmittel zur Selbstverteidigung sind, wo Tatorte sind und wie Täter oder Täterinnen vorgehen.

Du kannst deinen Mut erproben bei Mutproben, aber du kannst auch nur zuschauen - alles ist freiwillig.

Termin: Sa., 20.04.24, 11.30 Uhr - 16.00 Uhr + So., 21.04.24, 11.30 Uhr - 15.30 Uhr.

Kursleitung: Referent/ innen Verein HOBAS e. V. Ort: Kita Rappelkiste - Lich-Steinstra  
Matthiasplatz 2  
52428 Jülich

Anmeldung: telefonisch: 02461 - 58374 oder per E-Mail: [rappelkiste.jue@kita-kreis-dueren.de](mailto:rappelkiste.jue@kita-kreis-dueren.de)

Teilnahmegebühr: € 30,-