

FRAUEN-POWER (nur Frauen)

Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene im Wing Thai Gym, Tösstalstrasse 7A, 8400 Winterthur jeden Dienstag und Donnerstag, 18.30 bis 19.45

NEU AUCH IN WIL: Jeden Mittwoch 20.00 bis 21.00

Wie verhalte ich mich in einer dunklen Gasse oder in einer Tiefgarage? Schon ganz einfache Abwehrtechniken helfen, damit einen die Angst nicht lähmt.

Sexuelle Belästigungen und gewalttätige Angriffe nehmen zu, viele Frauen und Mädchen haben Angst. Doch die richtige Verteidigungstechnik und das nötige Selbstbewusstsein lassen sich trainieren, denn Selbstverteidigung bedeutet in erster Linie, sich in einer Notsituation wehren zu können.

Dies ist auch dem 14fachen Weltmeister Azem Maksutaj bewusst. Deshalb hat er bereits vor Jahren in seinem Kampfsportcenter Wing Thai Gym in Winterthur den Kurs Frauen-Power eingeführt.

Anmeldungen nimmt Azem jederzeit gerne entgegen.

Während der normalen Trainings-Zeiten können alle interessierten Frauen und Mädchen gratis einen Schnupper-Kurs absolvieren. Bitte telefonisch anmelden:

Telefon 079 709 24 94
e-mail azem@azem.ch

oder direkt über seinen Homepage-Kontakt:

<http://www.azem.ch/kontakt/detail.htm>

