

Selbstverteidigungskurs für Frauen

Trainer Selbstverteidigung Michael Stapel Auggen, Bad Bellingen, Bad Krozingen, Badenweiler, Ballrechten-Dottingen, Buggingen, Ebringer Heitersheim, Müllheim, Münstertal, Neuenburg, Pfaffenweiler, Schallstadt, Schliengen, Staufen, Sulzbur
zur vorherigen Ausgabe << Ausgabe vom 9. Juni >> nächste Ausgabe am 23. Juni

| [zur aktuellen Ausgabe](#) | [Impressum](#) | [Anzeige aufgeben](#)



Thema im Fokus

Johannes Rau ist
Ehrendast 2005 in
Badenweiler

[Beitrag lesen](#)

3. Auggener Tafel...
kulinarisches unter
freiem Himmel

[Beitrag lesen](#)

Regionotizen

Kurnotizen
Ausstellungen
Familiennotizen
Jugendnotizen
Gesellige Regio
Gesundheitsnotizen
Musik und Konzert
Regiomärkte
sonstige Meldungen
Sportmeldungen
Unterhaltsames

Regiopersonalien

Hochzeiten
Geburten
Todesfälle

Regiogewerbe ANZEIGEN



Handel Handwerk und

„SELBSTBEWUSST STATT WEHRLOS“

Erfolgreicher Selbstverteidigungskurs für Frauen wird fortgesetzt: Anmeldefrist: 31.08.2005!

Das Ergebnis des Abschlusstests zeigt: Der unter der Leitung des ehemaligen Polizeibeamten und professionellen Trainers für Selbstverteidigung Michael Stapel durchgeführte 3-monatige Selbstverteidigungskurs für Mädchen und Frauen war ein voller Erfolg. So das Ergebnis des Abschlusstests am Ende der Ausbildung. Alle Teilnehmerinnen sind sich einig, Gefahrensituationen nun wesentlich selbstbewusster, überlegter und kühler begegnen zu können. In dreimonatigem Rhythmus soll den Absolventinnen nun die Möglichkeit gegeben werden, das Gelernte aufzufrischen und weiter zu verinnerlichen.

Stapel, Leiter der Müllheimer Ju-Jutsu-Schule und Träger des 6. Dan Ju-Jutsu, konnte seine Erfahrung und sein Wissen einer voll besetzten Gruppe vermitteln. Mehr als 20 Frauen und Mädchen lernten im Müllheimer Sui-Getsu-Dojo die mitunter Leben rettende Rhetorik gegenüber Angreifern. Gleichzeitig wurden juristische Fragen und - im Wesentlichen - technische Möglichkeiten der Selbstverteidigung an die Teilnehmerinnen vermittelt. Nachgestellte Gefahrensituationen machten jegliche Übung realitätsnah.

Eine umfangreiche Broschüre von Shihan Stapel mit dem Titel: „Tu Was!“ wurde nach dem Kurs den Teilnehmerinnen überreicht. Diese Broschüre können Sie auch über die u.a. Internetadresse bestellen.

Die eigenen Grenzen zu entdecken, die eigenen Möglichkeiten zu entwickeln und Körper und Seele in Einklang zu bringen - das lebt und vermittelt Shihan Stapel als ersten, entscheidenden Schritt zur Selbstverteidigung.

Der nächste Intensivkurs „Selbstbewusst statt wehrlos“ startet am 1. Oktober 2005. Interessentinnen wenden sich bitte an Shihan Stapel: Tel 0172- 9544597 oder suigetzu@tele2.de oder www.jujutsusgd.de. Voranmeldung erforderlich.

Dienstleistung von Bad
Krozingen bis Müllheim



am stockacker 1
müllheim-hügelheim
0 76 31 74 89 500



DEMETER GÄRTNEREI
gemüse mit charakter



MARKGRÄFLER KÜCHENZENTRUM
Schlingener Str. 4 - 79379 Müllheim
Tel. 07631/4088 - Fax 07631/4065
www.markgraefler-kuechen.de

Ihre Anzeige hier?

alle Rechte vorbehalten © Texte by Müllheimer Verlags GmbH --- © Layout und Programmierung by info-

Surftipps | rebrandkurier und Co | TRIP TRAP | Fertigparkett | Badischer Verlag | Markgräflerland | Linoleum | h
parkettrenovierung