



Veröffentlicht auf *BUDO-SCHULE* (<https://budo-schule-bergstrasse.de>)

[Startseite](#) > [Druckeroptimiertes PDF](#) > SV-Kurs Kinder - Stufe 2

---

## SV-Kurs Kinder - Stufe 2

### **„Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskurs für Kinder“**

Stufe 2

Kinder im Alter von 6 bis 9 Jahre.

#### Themen:

- Erfahrungen seit dem 1. Kurs.
  - Was hast Du auf deinem Schulweg entdeckt?
  - Hast Du die Hilfeinseln gesehen?
- Kurze Wiederholung einiger Punkte von Kurs 1.
- Habt Ihr die „**Tricks**“ besprochen (Hausis gemacht)?
- Übungen zur Körperhaltung/Körpersprache.
- Wie kann ich mich beim Festhalten lösen?
- Anatomie vom Menschen / Schmerzpunkte.
- Schlag- und Trittübungen.
- usw...
- Jeder darf einen Bruchtest machen (muss aber nicht)

#### Ort:

Dojang Bergstraße  
Berliner Ring 163E  
64625 Bensheim

#### Sonstiges:

Die Kinder sollen lockere Kleidung tragen. (auch gerne Sporthose und T-Shirt)  
Im Trainingsbereich bewegen wir uns barfuß.

Bitte etwas zu Trinken und einen kleinen Snack mitgeben. Wir machen kleine Pausen.

#### Kosten:

- 45,- Euro (inkl. Ust.) für den 4-stündigen Workshop. Bitte am Kurstag in bar zahlen.

#### weitere Informationen:

- bei Carsten Gauger 0179/6648887 - [Carsten@Budo-Schule-Bergstrasse.de](mailto:Carsten@Budo-Schule-Bergstrasse.de) [1]

[Hier geht es zum SV-Kurs für Kinder Stufe 1](#) [2]

---

**Quell-URL:** <https://budo-schule-bergstrasse.de/sv-kurs-kinder-stufe-2>

### Links

[1]

&#109;&#97;&#105;&#108;&#116;&#111;&#58;&#67;&#97;&#114;&#115;&#116;&#101;&#110;&#64;&#66;&#117;&

Kurs&amp;body=Hallo%20Herr%20Gauger%2C%0A%0Afolgende%20Frage%20habe%20ich...

[2] <https://budo-schule-bergstrasse.de/sv-kurs-kinder-stufe-1>