Selbstbehauptungskurs für Mädchen (8–10 Jahre)

Starke Mädchen? Na klar!

Am 14. und 15. November 2026 findet in der Sporthalle der Grundschule Wolperath ein Selbstbehauptungskurs für Mädchen im Alter von 8 bis 10 Jahren statt.

Im Mittelpunkt stehen die Stärkung des Selbstbewusstseins, das Erkennen und Setzen eigener Grenzen sowie der Umgang mit schwierigen Situationen.

Durch einfache Selbstverteidigungstechniken, Wahrnehmungsübungen, Rollenspiele und gemeinsame Gespräche lernen die Mädchen, selbstsicher aufzutreten, sich zu behaupten und deutlich „Nein!“ zu sagen.

Dabei kommen auch Spaß, Bewegung und Teamgeist nicht zu kurz. Der Kurs bietet Raum, eigene Stärken zu entdecken, Erfahrungen auszutauschen und gemeinsam Neues auszuprobieren.

Datum:	14. und 15. November 2026
Uhrzeit:	09:30–14:30 Uhr
Ort:	Sporthalle der Grundschule Wolperath Schöneshofer Straße 6 53819 Neunkirchen-Seelscheid
Teilnahmebeitrag:	25 Euro

Anmeldung und Informationen:

Anmeldungen bitte per E-Mail an ot-neunkirchen@t-online.de

Jugendtreff Seelscheid
Breite Straße 26
53819 Neunkirchen-Seelscheid
Telefon: 02247 303-851