

# Löwenherz

## Ich pass auf mich auf

Ziel dieses Kurses ist es, die Mädchen in ihrem Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen zu stärken. Dazu gehört auch die Fähigkeit, bewusst NEIN sagen zu können; zu spüren, was einem gut tut und was nicht; zu erlernen, wie weit man eine andere Person an sich heranlassen möchte u.v.m.

Spiele, Tipps und Übungen machen den Mädchen Mut und stärken sie (wirksame Prävention gegen Mobbing).

**Wo:** Elki Gries

**Wann:** Mittwoch, 15.00-16.30 Uhr (06-09 Jahre)

16.30-18.00 Uhr (10-12 Jahre)

**Zielgruppe:** Mädchen von 6 bis 12 Jahren

**Leitung:** Doris Kaserer, dipl. Kinder-Selbstverteidigungstrainerin

**Kosten:** 98 € für 4 Einheiten

**Kursdaten:** 11.03.2026–25.03.2026

(inkl. 1 Eltern Einheit: 18.03. Gruppe 06-09; 25.03. Gruppe 10-12)

