

femaleSafe 

KRAV MAGA

Självförsvarskurs för tjejer!

Kompå en intensivkurs i självförsvar, ledd av erfaren expert. Lär dig olika tekniker för hur du kan hantera hotfulla situationer eller överfall. Du får även en demonstration av marknadens bästa självförsvarsprodukter. Dricka och tilltugg ingår!

Datum: 2021-05-16

**Plats: Seläterbadet (Monelid)
Gräsplanen vid kiosken**

Tid: 15.30 - ca 18.00

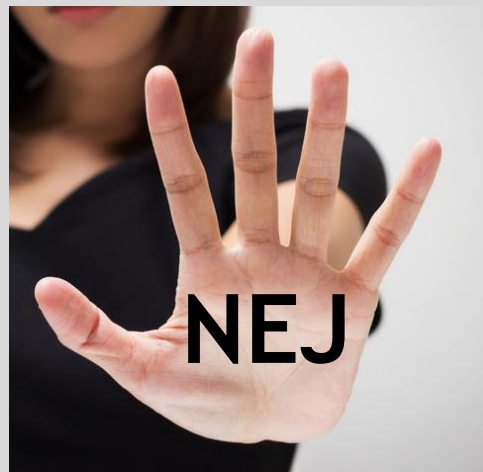
Kostnad: 200 kr / person

Minimiålder: 13 år

Anmäl dig senast 7/5!

P.g.a. Corona, gäller parvis anmälan. Ta med en träningskompis du umgås med. Mejla namn och vem du skall träna ihop med till ann-sofie@femalesafe.com samt swisha avgiften till

123 330 87 56



Begränsat antal platser.
Först till kvarn. Du måste
vara fullt frisk för att delta.

Kläder efter väder:
Träningskläder/skor/vatten.