



Soroptimist International Club Basel

SCHNUPPERKURSE IN SELBSTVERTEIDIGUNG

Das Erfolgsrezept liegt in der Einfachheit der Technik

Willst du lernen, dich gegen blöde Anmache, Drohungen und sexuelle Belästigung oder Übergriffe zur Wehr zu setzen? Steig aus der Opferrolle aus und gewinne das nötige Selbstvertrauen!

Lerne deinem Gegenüber, was **NEIN** bedeutet!

Einladung zum Mitmachen

WER: Junge Frauen – alle Frauen
WANN: Samstag - 2.12.2017 zwischen 13 – 18 Uhr
WO: Theater-Turnhalle – Theaterstrasse 12
Eingang Tramhaltestelle Theater

Unsere Trainer stehen unentgeltlich bereit!

Hattest du Spass? Hat es gut getan? Willst du mehr lernen?

GUTSCHEIN

für 1 Eigenschutz-Training oder 1 Stunde Aerobic

Keine Vertragsbindung / 10-er Karte als Gruppeneintritt möglich
Bottmingen, Tram 10 Batteriestrasse - im Coop 1. Etage

 **EveryBody's Fitness Studio**

www.fitbo.ch



Soroptimist International Club Basel

SCHNUPPERKURSE IN SELBSTVERTEIDIGUNG

Das Erfolgsrezept liegt in der Einfachheit der Technik

Willst du lernen, dich gegen blöde Anmache, Drohungen und sexuelle Belästigung oder Übergriffe zur Wehr zu setzen? Steig aus der Opferrolle aus und gewinne das nötige Selbstvertrauen!

Lerne deinem Gegenüber, was **NEIN** bedeutet!

Einladung zum Mitmachen

WER: Junge Frauen – alle Frauen
WANN: Samstag - 2.12.2017 zwischen 13 – 18 Uhr
WO: Theater-Turnhalle – Theaterstrasse 12
Eingang Tramhaltestelle Theater

Unsere Trainer stehen unentgeltlich bereit!

Hattest du Spass? Hat es gut getan? Willst du mehr lernen?

GUTSCHEIN

für 1 Eigenschutz-Training oder 1 Stunde Aerobic

Keine Vertragsbindung / 10-er Karte als Gruppeneintritt möglich
Bottmingen, Tram 10 Batteriestrasse - im Coop 1. Etage

 **EveryBody's Fitness Studio**

www.fitbo.ch