



ZVR-NR. 723120485

# Krav Maga Allround – PolizeiSportVereinigung Maor Self Defense



## Selbstverteidigungskurs für Kids 6-10 Jahre

### **Inhalt:**

Was darf ich, was darf ich nicht! Deeskalation Richtiger Umgang mit Wut und Aggression  
Sicherer Heimweg/ Straße/ Verkehrsmittel  
Verbales und Nonverbales Verhalten in  
Konfliktsituationen und gegenüber Fremden Personen  
Verhalten gegenüber aggressiven Personen  
Angepasste Selbstverteidigungstechniken  
der Altersgruppe entsprechend  
Notwehrrecht/ Tricks und Tipps für  
richtiges Verhalten in Konfliktsituationen

### **Ziele:**

Mit Konfliktsituationen verhältnismäßig und rechtskonform umgehen zu lernen ist Ziel dieses Lehrganges. Ausgangspunkt der Schulung sind die standardisierten Abläufe im täglichen Leben der Kinder.  
Verhalten am Schulweg auf der Straße, Verkehrsmittel und in der Schule gegenüber Fremden und aggressiven Personen.  
Nicht den schnellsten sondern den sichersten Weg nach Hause gehen.  
Schwerpunkt wird dabei auf die Prävention, auf Übungen zur Deeskalation, sowie auf Eigensicherungstechniken gelegt.  
Nicht mit Gewalt sondern mit Köpfchen kann man meistens körperliche Auseinandersetzungen und Schaden verhindern.  
Eigensicherung wichtiger als Handy, Schultasche oder Taschengeld.  
Durch richtiges soziales und tolerantes Verhalten untereinander, können viele Konflikte verhindert werden.  
Übungen werden in Theorie und praktischen und einfachen Befreiungstechniken vermittelt.  
Dies soll nicht nur zu einer Steigerung des Sicherheitsgefühls des/der Kindes/r – Jugendlichen führen, sondern auch den Alltag im allgemeinen sicherer machen.

### **Dauer und Kosten:**

inklusive Wegzeit und Material  
2 Einheiten = € 10,00  
Angebot gültig bis Ende Mai 2024  
Turngewand – Turnschuhe  
Turnhalle

### **Kontakt:**

Bernhard Böhm [bernhard.boehm@psv-kma.at](mailto:bernhard.boehm@psv-kma.at)  
+43 699 11 694 760

Wien, 27.02.2024