

Liebe Kinder, liebe Eltern, liebe Interessierte,

unter dem Motto **“Powerkids reden nicht mit Fremden und gehen schon gar nicht mit ihnen mit!”** veranstaltet **ZANFINO TOTAL DEFENSE** sein diesjähriges **ZTD-Powerkids Day 2024**. In diesem Programm werden Kinder Hapkido-Selbstverteidigung, Kickboxen und Fitness trainiert. Weitere Themen umfassen das Notwehrrecht, die Selbstbehauptung sowie das Erlernen von Strategien zur Vermeidung von Gewalt.

Das **Powerkids Day** richtet sich an kampfsportinteressierte Mädchen und Jungen im Alter von **6 bis 12 Jahren**. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, aber auch erfahrene Kampfsportlerinnen und -sportler können in unserem Kurs Neues dazulernen! Wir strukturieren und vertiefen vorhandenes Wissen und Fertigkeiten. Der Fokus liegt dabei auf Selbstbehauptung und Selbstsicherheit – sowohl verbal als auch körperlich. Im Szenarien-Training üben die Kinder, sich gegen Angriffe zu wehren und Deeskalationstechniken anzuwenden.

Der Atem spielt eine zentrale Rolle: Stress wird abgebaut, Muskeln werden gedehnt und gekräftigt, und das Körperbewusstsein wird geschult. Unsere ausgebildeten Trainer und Betreuer vermitteln den Spaß am Kampfsport, Hapkido, Kickboxen, Bewegung, Wahrnehmung sowie Motivation und Fitness!

Was wird geboten?

- **Bonus Coupon:** Alle Kinder, die regelmäßig bei uns trainieren möchten (bei Anmeldung), erhalten einen Bonus Coupon.
- **Inklusive Mittagessen, Getränken, Obst, Snack, Geschenk und Urkunde:** Wir sorgen für euer leibliches Wohl und belohnen eure Teilnahme.
- **Aufgeteilt nach Altersgruppen:** Wir berücksichtigen die unterschiedlichen Bedürfnisse der Kinder.

Datum und Uhrzeit:

- **Samstag, den 14. September, von 09:30 bis 15:30 Uhr.**

Was Kostet es?

- **Kursgebühren für Mitglieder:**
 - Einzelteilnahme: **40,- €**
 - Geschwister: **30,- €**
 - Familienflat (ab 3 Kindern): **80,- €**
- **Kursgebühren für Nichtmitglieder:**
 - Einzelteilnahme: **50,- €**
 - Geschwister: **40,- €**
 - Familienflat (ab 3 Kindern): **100,- €**

Checkliste für die Teilnehmer/innen:

- Bequeme Trainingskleidung
- Falls vorhanden: Boxhandschuhe
- Handtuch und Trinkflasche
- Laufschuhe (Training auf dem Rasen, bei schönem Wetter)
- Gute Laune

Bitte beachtet: Veranstalter und Referenten übernehmen keine Haftung, weder für Personen noch für Sachschäden. Bei Rückfragen könnt ihr euch gerne an uns wenden. Wir freuen uns auf euren Kommen!

Herzliche Grüße, Natale und Sandra Zanfino