

Mittwoch
21.10.2026
16:00-17:30 Uhr

WORKSHOP

SELBSTVERTEIDIGUNG

Kursleiterin Steffi Zettl
Gesundheits- und High-
Performancetrainerin

Kosten kostenfrei für Netzwerk-Familien
Gastfamilien zahlen einen
Unkostenbeitrag von 10 EUR

Anmeldung T 03573 75-1037
skn.ngk@sana.de

WO?

Sana Kliniken
Niederlausitz gGmbH
Krankenhausstraße 10
01968 Senftenberg

Raum E.43

Stärke zeigen. Sicherheit gewinnen

- Für mehr Stärke, Selbstvertrauen und Sicherheit im Alltag.
- Schütze deine Gesundheit, dein Leben und das deiner Lieben
- Einfache Techniken, um auch größere, stärkere und körperlich überlegene Angreifer schnell und effektiv abzuwehren

Das Niederlausitzer Netzwerk Gesunde Kinder wird gefördert durch:



**Sana Kliniken
Niederlausitz**



NOCH MEHR INFOS GIBT ES HIER

www.netzwerk-gesunde-kinder.de