

Frauen Power – Stärke – Wohlbefinden – Stressabbau

Sei stark, wehr dich und zeig was in Dir steckt!

**Lerne Körper und Geist
effektiv einzusetzen**

**Spezielle, leicht erlernbare Inhalte
für wirkungsvolle Verteidigung**

**Sensibilisierung zum Erkennen
von Stress-Situationen im Alltag**

**Spaß im Training mit Gleichgesinnten
unter professioneller Leitung**

Lass Dich von uns überzeugen



ab 14 Jahren, mit Freude an Bewegung

**ab 17.04.2026 – 22.05.26 5 Abende
Freitag um 18:30 – 19.30 Uhr**

**Taekwondo Team Buron Kaufbeuren
Julius-Probst-Str. 10**

87600 Kaufbeuren

Trainingsbekleidung und gute Laune

60 € pro Teilnehmer (bar)

**Michaela Zimmermann
I.VSTTBK e.V.
0172/8427058**

michaelazimmermann@online.de