



**Steeds meer agressie,
steeds meer geweld;**

**Laat u het gebeuren?
Of ben u voorbereidt?**

Schrijf snel in voor de nieuwste
cursus op gebied van zelfverdediging:
PSD (Practical Self Defence)

P.S.D. is simpel opgezet. Er bestaan 19 basis handelingen die je leert. Hierin vinden we gewapende en ongewapende aanvallen (stoot-, trap- en vastgrijp- aanvallen). Je leert een aantal basisvaardigheden die je veelvuldig in de verschillende situaties leert toepassen en waarmee je kan variëren.

Voor wie is deze cursus? Voor iedereen die zich onveilig op straat voelt, of thuis als onverwacht de deurbel gaat, of tijdens werk als bijvoorbeeld hulpverlener of orde handhaver. Aparte groepen voor senioren 55+, dames, maar ook jeugd.



Voor slechts € 165,00 incl BTW, incl. Diploma bent u bijna overal en ook voor de wet veilig. De gemiddelde ziehuiskosten of arbeidsongeschiktheid kosten zijn vele malen hoger. Of de impact van het trauma

Schrijf je snel in!!! Vol = VOL

Start: donderdag **10 januari 2019, 10.00 uur** in de dojo bij Sportcentrum EuroFit Lanaken

E-mail: budosportrekem@gmail.com

Internet: www.budosportrekem-neerharen.com

Cursus data:

10 jan.	17 jan.	24 jan.	31 jan.
7 feb.	14 feb.	21 feb.	28 feb.
7 maart	14 maart		

