

Wendokurse für Mädchen der 5. bis 9. Klassen

Auch 2008 werden wieder Wendokurse für Mädchen der Klassen 5 bis 9 unter der Leitung von Cäcilia Keller am Siebold-Gymnasium angeboten.

WENDO bedeutet "Weg der Frauen" und ist eine spezielle **Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungsart für Mädchen und Frauen**, die Körper und Geist, Intuition und Kreativität anspricht. WENDO setzt bei den Alltagserfahrungen der Mädchen an und zeigt neue Verhaltensmuster auf, wenn sie sich nicht ernst genommen fühlen, sexuell belästigt und auch körperlich angegriffen werden. Mit Wahrnehmungsübungen, Übungen zum Thema Blick, Stimme, Stand, Rollenspielen und einfachen Selbstverteidigungstechniken lernen die Mädchen Selbstvertrauen zu gewinnen, die eigene Stärke zu erfahren und persönliche Strategien zu entwickeln, sich in Konflikt- bis hin zu Angriffssituationen anders zu verhalten. WENDO ist kein Kampfsport und wird seit 20 Jahren nur von ausgebildeten Trainerinnen unterrichtet.

Frau Cäcilia Keller (Sozial-Pädagogin, Supervisorin und langjährige WENDO-Trainerin) hat seit 2004 durch ihre WENDO-Wochenendkurse am Siebold-Gymnasium viele Mädchen und Eltern begeistert. Wir freuen uns, dass wir für 2008 folgende Kurse anbieten können:

Für Anfängerinnen und Fortgeschrittene der Klassen 5 bis 7:

Samstag/Sonntag, 16./17. Februar 2008 oder
Samstag/Sonntag, 01./02. März 2008

Aufbaukurs für fortgeschrittene WENDO-Mädchen der jetzigen Klassen 7 bis 9:

Samstag/Sonntag, 20/21. September 2008

Alle Kurse sind für je 14 Mädchen und finden samstags von 10.00 bis 15.00 Uhr und sonntags von 10.00 bis 14.00 Uhr in einer Turnhalle des Sieboldgymnasiums statt. Die Kosten betragen 45,- EUR. Anmeldungen sind ab sofort hier über die Homepage möglich. Sie erhalten anschließend per E-Mail eine Bestätigung der Anmeldung mit weiteren Informationen und den Daten für die Überweisung der Kursgebühr.

Herzliche Grüße

Eva Müller (Mutter von Jasmin, Klasse 9b - Telefon für Rückfragen: 09367/88 30)

.....

Verbindliche Anmeldung zum WENDO-Kurs

Name des Mädchens _____ Telefon _____

E-Mail-Adresse _____

Wunschtermin des Kurses _____ Klasse _____