

# Selbst-Sicherheit macht glücklich

## Tipps und Techniken für mehr Sicherheit im Alltag

- Sei es am Bancomaten
- Sei es in der Tiefgarage
- Sei es gegen Taschendiebe
- und in anderen Situationen mehr



### Kurs für Frauen

Kurstag / Zeit	Montag 20:00-21:30 Uhr
Daten	03. März – 07. April 2025
Dauer	6 x 2 Lektionen
Schulferien	Kein Training
Ort	Judo Club Tsukuri Schulhaus Blatten Schulstrasse 30 8708 Männedorf <a href="http://www.jc-tsukuri.ch">www.jc-tsukuri.ch</a>
Kosten	CHF 120.—
Anmeldung	Email → <a href="mailto:mirjam.senn@pallas.ch">mirjam.senn@pallas.ch</a> 076 480 78 13

Es braucht keine Vorkenntnisse  
Es braucht keine sportlichen Voraussetzungen

Herzlich willkommen, es wird Sie positiv  
überraschen, wie viel Energie Sie haben

### Anmeldung

Vorname		Strasse / Nr.	
Name		PLZ / Ort	
Mobil		Geb. Datum	
E-Mail			

Versicherung ist Sache der Teilnehmerin

Ort / Datum

Unterschrift