



Ricardo Savia

MANAGER – DEFENSE – WORKSHOP

STRONG LEADERSHIP

Intensiver Selbstverteidigungskurs



Ricardo Savia ist in und um Hannover mit seinem Institut für realistische Selbstverteidigung „RS-Selbstverteidigung“ bekannt. Durch sein eigenes Trainingskonzept, das verschiedene Kampfkünste vereint, ist es ihm möglich, gezielt und individuell auf die Bedürfnisse der Teilnehmenden einzugehen.

Jede und jeder kann sich verteidigen, unabhängig von Alter, Geschlecht und Trainingszustand!

Es ist sinnvoll, bereits vor einem negativen Ereignis über einen Selbstverteidigungskurs nachzudenken. Dabei hilft ein Selbstverteidigungskurs auf vielen Ebenen. Die technischen Fähigkeiten zur Selbstverteidigung werden geschult, das eigene Auftreten wird selbstsicherer und das Bewusstsein geschärft.



Weitere Informationen zum Institut erhalten Sie unter:

www.rs-selbstverteidigung.de

Kontaktdaten:

info@rs-selbstverteidigung.de

0163 292 41 65

Kontoverbindung:

Ricardo Savia
Volksbank eG Südheide
DE58 2579 1635 0479 3153 00

Was Sie erwartet:

Wir bieten Ihnen einen Intensiv-Workshop über **3 Stunden** mit höchstens 12 Teilnehmenden. So können wir gewährleisten, dass das optimale Ergebnis für alle erzielt wird.

Geplante Inhalte für den Tag:

- verschiedene Techniken zur Abwehr von:
 - Fausstößen
 - Würgegriffen
 - festgehaltenen Armen
- Fallbeispiele werden sowohl theoretisch als auch praktisch dargestellt
- Festigung der neu erlernten Inhalte
- Klärung offener Fragen

25,00 € des Betrages gehen wie immer als Spende an das Kinderkrankenhaus



Der Manager Defense Workshop findet im Elan Hannover statt.

Elan Hannover

Podbielskistr. 351 - 30659 Hannover

Oliver Diener: 0172 53 95 615

<https://elan-fitness.de/standorte/fitnessstudio-hannover/>

Der Preis pro Teilnehmenden beträgt 299,00 € zzgl. MwSt. (Getränke und Snacks enthalten)