

## VATER & SOHN-TRAINING FÜR FAIRE UND STARKE JUNGS UND IHRE VÄTER

mit Urs Rohrbach

**zweiteiliger Kurs für 7-10-jährige Jungs gemeinsam mit ihren Vätern oder einer anderen männlichen Bezugsperson**

Am **Samstag, 14. und 21. März 2015**, bietet der **Elternverein zusammen mit dem Schjkk** einen Kurs an, der das Ziel hat die Selbstsicherheit und die Selbstachtung bei den Jungen zu stärken. Wem bisher der Mut fehlte, um sich zu wehren ist ebenso willkommen, wie solche, die immer Gefahr laufen in Raufereien zu geraten! Ein spielerisches und kämpferisches Kräfteressen nach der **Methode Kampfesspiele**®

Mit **Urs Rohrbach, dipl. Sozialpädagoge, Gewaltberater/Gewaltpädagoge GHM**®, „Kampfesspiele“®-Anleiter mit jahrelanger **Praxis in Kinder- und Jugendarbeit** konnten wir einen erfahrenen und kompetenten Kursleiter gewinnen.

Wer seine eigenen Kräfte gut kennt und diese auch geschickt und fair einsetzt, der wird von anderen geachtet. Hier können eigene Kräfte erprobt, Selbsteinschätzung geübt und Mut und Fairness bewiesen werden. Dabei kommt der Spass auf keinen Fall zu kurz. Das Training ist kein Kampfsport, keine Selbstverteidigung und kein Abhärtungstraining. Als Methoden dienen faire und freiwillige Kämpfe, Körperübungen und-spiele, Übungen zur Grenzsetzung und Durchsetzungskraft, jungengerechte Feedbackmethoden. Der Elternverein und der Schjkk freuen sich, diesen Kurs anbieten zu können und wir hoffen, bei vielen fairen und starken Jungs und ihren Vätern das Interesse geweckt zu haben.

**Daten:** Samstag, 14. Und 21. März 2015, 8.15 bis 11.30 Uhr

**Ort:** in der Turnhalle des Sekundarschulhauses „Schützenmatt“, Kaiserstrasse 18, 4310 Rheinfelden

**Kosten:** für Mitglieder des Elternvereins CHF 120.-

für Nicht-Mitglieder CHF 150.-

**Anmeldung:** Liliane Regitz, 061 831 72 63 oder [schjkk@bluewin.ch](mailto:schjkk@bluewin.ch)

**Anmeldefrist:** 5. März 2015

**Mitnehmen** Getränke, Zwischenverpflegung für die Pause, langarmiges Shirt, lange Trainerhose und Schuhe für die Halle

### Weitere Information:

Liliane Regitz, 061 831 72 63 oder [schjkk@bluewin.ch](mailto:schjkk@bluewin.ch)

Kathrin Frey, 061 831 82 59, Tina Sander, 061 831 94 21

[www.elternverein-rheinfelden.ch](http://www.elternverein-rheinfelden.ch)

[www.gewaltberatungbasel.ch](http://www.gewaltberatungbasel.ch)