



# Double Defense

Wekelijks op woensdagavond in twee leeftijdsgroepen

Onze wekelijkse training Weerbaarheid voor Jongeren is gericht op kinderen vanaf 11 jaar en bij uitstek geschikt om jouw kind verbaal en fysiek weerbaar te maken, bewust te worden van veranderingen die in de pubertijd op jouw kind afkomen en om het zelfvertrouwen te verhogen op een manier die past bij deze leeftijd.



Het is belangrijk dat een kind weerbaar is, zich assertief kan opstellen en voldoende zelfvertrouwen heeft om situaties het hoofd te bieden. Zeker in de huidige tijd en samenleving is het van groot belang dat zij zichzelf kunnen redden. Een kind dat weerbaar is, is beter in staat zijn of haar grenzen te bewaken, kan zichzelf verdedigen en durft een eigen mening te hebben.

Precies dit is de insteek van Weerbaarheid voor Jongeren bij Double Defense: jongeren verbaal en fysiek weerbaar maken voor situaties waar jouw kind op deze leeftijd mee te maken krijgt.



Sportcentrum De Kemmer  
18.15 – 19.15 uur Groepen 6 t/m 8  
19.15 – 20.30 uur Voortgezet onderwijs



@doitoirschot



06 20441685



/doitoirschot



doitoirschot@gmail.com