

# Wu Tai Wu Tai

## Praxis für ganzheitliche Therapie

Jürgen Durm  
Wu Tai  
„Der friedliche Krieger“

### Kinder und Jugendliche stärken!

**Selbstbehauptung**

**Selbstsicherheit**



mit Elementen aus

Qi Gong und Wu Shu

**Schnupperkurs (5,--€)**

Nach Absprache jederzeit möglich

Hauptstr. 88, 76448 Durmersheim

0160 - 990 614 96

[JuergenDurm@web.de](mailto:JuergenDurm@web.de)

[www.durm-therapie.de](http://www.durm-therapie.de)

**Bankverbindung**

**Ärzte u Apotheker-Bank**

**KA-Düsseldorf BIC DAAEDEDXXX**

**IBAN DE95 3006 0601 0107 292961**

## Anmeldung Wu Tai

Hiermit melde ich mein Kind für den  
Kurs Nr. \_\_\_\_\_

in der Praxis für ganzheitliche Therapie  
verbindlich an:

**Kosten: 100, -- € (10 Stunden)**

Name: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Ich bezahle: Bar gegen Quittung\_\_\_\_  
Überweisung\_\_\_\_

### Anmeldebedingungen

Die Anmeldung ist verbindlich mit dem Einsenden des  
Anmeldeformulars.

Der Kurs bietet Hilfe zur Selbsthilfe und ersetzt in  
keiner Weise notwendige ärztliche oder therapeutische  
Hilfe. Jeder Kursteilnehmer ist auf dem Hin/Rückweg  
für sich selbst verantwortlich und versichert.

- Stärkt das Selbstbewusstsein
- Fördert Selbstvertrauen
- Fördert Konzentration, Reaktion und  
Ausdauer
- Fördert die Wahrnehmung
- Vermittelt den gezielten Einsatz von  
Körpersprache und Stimme
- Zeigt konstruktiven Umgang in  
Konfliktsituationen
- Vermittelt Techniken zur effektiven  
Selbstverteidigung
- Lernen von klaren Grenzen
- Lernen angemessen zu reagieren und zu  
handeln

Erfolgreiche Selbstverteidigung und Selbstbehauptung  
bestehen zu 90% aus innerer Einstellung und äußerem  
auftreten und nur zu 10 % aus  
Selbstverteidigungstechniken

In diesem Kurs werden folgende Inhalte vermittelt:

Selbstbewusstsein

Teamfähigkeit

Kontakt-Kommunikationsfähigkeit

Selbstkontrolle und Disziplin

Koordination

Ausdauer

Motivation

Konzentration

Achtsamkeit

Gleichgewicht

Grob- und Feinmotorik

Umgang mit Gefühlen und Konflikten



# Hits für Kids

Kurs 01-2020-1 (Gruppe 1)

Kurs 02-2020-1 (Gruppe 2)

**5 - 9 jährige Kinder**

Samstags 10.00 h - 11.00 h

Samstags 11.15 h - 12.15 h

Termine:

**Siehe Beilage**

**100,-- € (10 Stunden)**



Aktuelle Termine siehe:

[www.durm-therapie.de](http://www.durm-therapie.de)

Fortlaufender Kurs

Weitere Termine folgen!

Kurs 03-2020-1

10 - 15 jährige Kinder

Freitags 17.30 h - 18.30 h

Termine:

**Siehe Beilage**

**100,-- € (10 Stunden)**

