**Nieuw: Lessenreeks verdedigingstechnieken**

We kregen heel positieve reacties tijdens de lessenreeks verdedigingstechnieken dit najaar.

Tijdens de 5 lessen leerden we allerhande technieken om veel weerbaarder te zijn in onveilige situaties. Technieken die een wereld van verschil kunnen maken als je in de problemen komt.

Daarom komt er in het voorjaar een nieuwe lessenreeks om de technieken onder de knie te krijgen. Ook de deelneemsters van de eerste lessenreeks zullen en er nog heel wat tips krijgen om hun technieken verder te verfijnen. Zowel starters als deelneemsters van de eerste lessenreeks zijn hartelijk welkom op de tweede lessenreeks.

***Waar en wanneer: 27/1 – 10/2 – 24/2 – 10/3 – 24/3 in de sporthal van het SMIK van 20:00 tot 21:00 uur***

***Vlug inschrijven is de boodschap want het aantal plaatsen is beperkt.***

***Interesse voor deze nieuwe lessenreeksen? Neem dan zo snel mogelijk contact op met Renild Van Laer, 014 85 16 19,***[***renildvanlaer@hotmail.com***](mailto:renildvanlaer@hotmail.com)

**Prijs lessenreeks verdedigingstechnieken: € 40 voor 5 lessen**