



KOPF HOCH KURSE

Selbstbewusstsein und Selbsterfahrung für Kinder und Jugendliche

1

Entdecke die Stärke in deinem Kind!

Selbstvertrauen und Disziplin – das sind die zwei tragenden Säulen für ein selbstbewusstes und erfolgreiches Leben. Mit unseren Kopf-Hoch-Kursen bieten wir Kindern und Jugendlichen ab 3 Jahren die Möglichkeit, diese entscheidenden Eigenschaften zu entwickeln und zu festigen.

Unsere Kurse vermitteln spielerisch und altersgerecht, wie wichtig Selbstbewusstsein, eine gute Körperwahrnehmung und eine aufrechte Körperhaltung sind. Durch den gezielten Einsatz von Stimme, Mimik und Gestik lernen die Teilnehmer, ihre Wirkung auf andere zu steuern und selbstbewusst aufzutreten. Dabei kommen auch einfache Techniken der Selbstverteidigung nicht zu kurz, die den jungen Teilnehmern Sicherheit und Stärke verleihen.



Du möchtest, dass dein Kind seine eigene Stärke entdeckt, selbstbewusster wird – und dabei auch noch Spaß hat? Unsere Kopf-Hoch-Kurse bieten genau das!

Gefördert durch



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Bildungs-
gutscheine
werden
anerkannt!





KOPF HOCH KURSE

Selbstbewusstsein und Selbsterfahrung für Kinder und Jugendliche

2

Wir begleiten dein Kind

In unseren speziell entwickelten Kursen lernen die jungen Teilnehmer von geschulten Pädagogen und Meistern der Kampfkunst, wie sie ihr Selbstbewusstsein stärken und ihre Körperwahrnehmung verbessern können. Durch die aktive Teilnahme an Teamaktivitäten entdecken sie, wie wichtig Zusammenarbeit und gegenseitiger Respekt sind.

Besonders hervorzuheben ist das einzigartige Meister-Schüler-Verhältnis, das in der Kampfkunsttradition tief verwurzelt ist. Unter der Anleitung erfahrener Meister lernen die Kinder und Jugendlichen nicht nur Techniken, sondern auch wertvolle Lebenslektionen, die ihnen helfen, ihre Persönlichkeit zu entwickeln.

Diese wertvolle Beziehung unterstützt nicht nur das Erreichen der Kursziele, sondern wirkt sich auch nachhaltig positiv auf das Lernverhalten und die schulischen Leistungen aus.



Das besondere Meister-Schüler Verhältnis in der Kampfkunst ist eine enorme Hilfe beim Erreichen der Lernziele.



Gefördert durch

Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Bildungs-
gutscheine
werden
anerkannt!





KOPF HOCH KURSE

Selbstbewusstsein und Selbsterfahrung für Kinder und Jugendliche

3

Warum unsere Kurse?

- **Stärkung des Selbstbewusstseins:**
Dein Kind wird lernen, selbstbewusster aufzutreten und sich selbst zu vertrauen.
- **Förderung der Körperwahrnehmung:**
Durch gezielte Übungen wird die Körperhaltung verbessert und das Körperbewusstsein geschärft.
- **Teamgeist und Zusammenarbeit:**
Gemeinsam als Gruppe stark sein – in unseren Kursen steht der Teamgeist im Vordergrund.
- **Individuelle Betreuung:** Durch das besondere Meister-Schüler-Verhältnis bekommt jedes Kind die Unterstützung, die es braucht.

Worauf warten? Jetzt anmelden und die innere Stärke entfesseln!

Beobachte, wie dein Kind zu einer selbstbewussten und starken Persönlichkeit heranwächst!



Sport bedeutet nicht nur körperliche Aktivität – unsere Kopf-Hoch-Kurse vermitteln deinem Kind Werte, die heute oft auf der Strecke bleiben.

Gefördert durch



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

**Bildungs-
gutscheine
werden
anerkannt!**





KOPF HOCH KURSE

Selbstbewusstsein und Selbsterfahrung für Kinder und Jugendliche

4

Gehen wir's an!

Fördere die Entwicklung deines Kindes in einer starken Gemeinschaft, die auf Teamgeist und Zusammenarbeit baut. Melde dein Kind noch heute zu unseren Kopf-Hoch-Kursen an und lege den Grundstein für seine selbstbewusste und erfolgreiche Zukunft!

Kurs-Infos:

- Der Kurs besteht aus 3 Einheiten zu jeweils 45 Minuten
- 10 – 20 Teilnehmer pro Kurs
- Kosten pro Kind:
30 Euro (auch mit Gutscheinen der Stadt bezahlbar)

Kontakt:

David Goldberg

Email: kopfhoch-kurse@dragongym.de

Mobil: 0163 234 1989



Kursleiter: Dipl. Päd. David Goldberg

Anti-Gewalt-Trainer, Erzieher, mehrfacher Schwarzgurt



Gefördert durch

Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

**Bildungs-
gutscheine
werden
anerkannt!**

