

KARATESCHOOL YIN YANG

O.L.V. SHIHAN VAN KESSEL 6E DAN



Zelfverdedigingscursus



Op een sportieve manier werken aan een hogere mentale en fysieke weerbaarheid en meer zelfvertrouwen.

In de week van de sport is karateschool Yin Yang in samenwerking met het BRAVO college, naar idee van Frank Kauffmann, een zelfverdedigingscursus gestart voor de scholieren van het BRAVO college.

Wat resulteerde in een 10tal scholieren op de eerste cursus dag, waarna in de loop van de viertal lessen, 8 enthousiaste deelnemers deelnamen aan het mini examen op vrijdag 15 november.

Al deze 8 deelnemers, waren in alle 4 de lessen veel gegroeid, ieder op hun eigen manier.



De lessen gegeven door Shihan Gerard van Kessel en Senpai Anja Vercoelen, bevatte; Hoe kom ik voor mezelf op? Wat kan ik zelf allemaal? Wat kan ik van mezelf leren? Ook werd er veel verteld hoe je positiever in het leven kan staan, ongeacht wat je allemaal hebt meegemaakt.

De deelnemers waren enthousiast over de lessen en waren dankbaar. Daarmee gingen ze naar huis met een welverdiende certificaat.



Tjeu, Sjaak, Emma, Liv, Alysha, Bo, Anouk en Mikaela.

Hartelijk gefeliciteerd!

Heb jij ideeën om meer leden aan te werven?
Mail je idee naar kyokusyinyang@gmail.com.