



<https://blz.li/4e1d>

# INGELNER SCHÜTZENJUGEND ABSOLVIERT SELBSTBEHAUPTUNGS- KURSUS

Veröffentlicht am 08.02.2016 um 11:56 von Redaktion LeineBlitz

**20 Kinder und Jugendliche des Schützenvereins Horrido Ingeln lauschten am vergangenen Dienstag gebannt den Worten von Markus Baumann, der in verständlicher, anschaulicher und praxisnaher Weise sowie mit der richtigen Portion Humor den ersten von zwei Teilen eines Selbstbehauptungskurses präsentierte..** Der

wichtigste Bestandteil dieser für einen Schützenverein sicherlich etwas ungewöhnlichen zweistündigen Veranstaltung war der Themenbereich Prävention: Wie kann ich es vermeiden, überhaupt in bedrohliche Situationen zu geraten? Aber auch Hinweise und Ratschläge für Situationen, wenn es doch zu einer beängstigenden Lage gekommen ist, gehörten zum Programm. Wie verhalte ich mich alleine, mit meiner Freundin oder meinem Freund beziehungsweise mit

einer Gruppe und was sollte ich tun, wenn ich in eine Situation komme, die mir Angst macht? An wen kann ich mich wenden und wie helfe ich mir selbst? Was mache ich, wenn ich sehe, dass andere sich in einer bedrohlichen Situation befinden, an wen melde ich den Vorfall und wie melde ich richtig? Zusätzlich zu vielen allgemeinen Ratschlägen gab es etliche spezielle Tipps und kleine Tricks für die praktische Anwendung zum Ausprobieren und Üben anhand von Spielszenen. Die begeisterten Kinder und Jugendlichen zwischen acht und 17 Jahren waren konzentriert und sehr engagiert dabei und können am kommenden Dienstag, 9. Februar, ab 17 Uhr an einer Fortsetzung des Themenabends und Vertiefung des erworbenen Wissens teilnehmen.



**Markus Bauer zeigt den Ingelner Nachwuchsschützen die richtigen Handgriffe zur Selbstverteidigung.**