

Davoserzeitung Freitag, 6. Oktober 2006



## Das kleine Einmaleins der Selbstverteidigung gelernt

rm. Tae Kwon-Do International, Davos, führte kürzlich einen Selbstverteidigungskurs für Schülerinnen und Schüler im Alter von 8 bis 12 Jahren durch. Die Nachfrage war gross, beteiligten sich doch mehr als 15 Kinder an diesem Kurs. Leider hat die Gewalt und die Gewaltbereitschaft unter den Kindern und Jugendlichen auch in Davos und Umgebung in den letzten Jahren zugenommen. Ziel des Kurses war es, der Gewaltbereitschaft der Kinder entgegenzutreten und diese einzudämmen. Die Kindertrainerin, Anita Stiffler (Schwarzgurt I. Dan), erläuterte den Kindern das kleine Einmaleins der Selbstverteidigung, es wurden einfache Abwehrmöglichkeiten gegen das Halten an den Armen und an der Kleidung aufgezeigt, und auch Abwehrtechniken ge-

gen Würgegriffe, Schläge, Tritte und Reissen an den Haaren wurden demonstriert. Der wohl wichtigste Aspekt des Kurses bestand darin, den Kindern und Jugendlichen zu vermitteln, wie bei einer angespannten Situation eine Deeskalation herbeigeführt werden kann; es also gar nicht erst zu Handgreiflichkeiten kommen zu lassen. Tae Kwon-Do International, Davos, konnte mit diesem Kurs einen wichtigen Beitrag in Sachen Gewaltprävention unter Kindern und Jugendlichen leisten. Da auch in Davos und Umgebung ein erhöhtes Interesse an Selbstverteidigungskursen besteht, ist geplant, dieses Angebot auszuweiten. Informationen können auf der Homepage [www.taekwon-do.ch](http://www.taekwon-do.ch) abgerufen werden.