

**Keine Langeweile in den Herbstferien**

# **vhs-Kurse für Kinder**



## **Mädchen werden stark! – Grundkurs für 8 bis 11-Jährige in den Herbstferien**

Viele Mädchen kennen aus dem Alltag Situationen, in denen sie sich unwohl fühlen oder Angst haben. In einem Wendo-Kurs lernen Mädchen, wie sie sich wehren können, sich mit anderen verbünden und/ oder sich erfolgreich Hilfe holen können. Im Kurs lernen Mädchen in einer kleinen Gruppe einfache und wirksame Verteidigungstechniken kennen sowie Selbstbehauptungstechniken (z.B. sichere Körpersprache und Einsatz der Stimme). Der Kurs wird von erfahrenen Trainerinnen von Wendo Marburg e.V. durchgeführt.

**Mi., 15.10.25, 10–16 Uhr und Do., 16.10.25, 10:00–14:30 Uhr**  
**Turnhalle der Hilda-Heinemann-Schule in Dautphetal-Hommertshausen**  
Gebühren: 7-8 Teilnehmende: 50, 40€ | ab 9 Teilnehmende: 42,00 €  
ermäßigt: 22,40 €



## **Alles fliegt und dreht sich – Artistikspaß für 6 bis 11 Jährige**

Hereinspaziert! In dem Zirkuskurs entdeckst du die bunte Welt der Artistik. An vier Tagen lernst du mit viel Bewegung die Grundlagen und erste spannende Tricks mit Hulahoop, Tüchern, Tellern, Poi, Flowersticks und vielem mehr. Du probierst dich aus, tanzt, jonglierst und balancierst. Dabei kannst du testen, was gut zu dir passt. Am letzten Tag zeigen wir gemeinsam in einer kleinen Zirkusshow, was du alles kannst.

**Di., 14.10.25 – Fr., 17.10.25, jeweils 09:00–12:30 Uhr**  
**Bürgerhaus Dautphe**  
Gebühren: 4-6 Teilnehmende: 96,90 € | 7-8 Teilnehmende: 68,40€  
ermäßigt: 30,40 €

**Mehr Infos und  
Anmeldung**



**Anmeldung und Infos**

**[www.vhs-marburg-biedenkopf.de](http://www.vhs-marburg-biedenkopf.de)**

**Außenstelle Dautphetal / 06461 4127**