



# 10.03.25 – 26.05.25 KINDERGRUPPE

## Lockerbande

Die Lockerbande ist ein sonderpädagogisch-therapeutisches Förderprogramm mit vielen Verwurzelungen in der Kampfsportart Judo.

Geeignet für Kinder zwischen 6 -10 Jahren, mit Problemen im Umgang mit Gleichaltrigen, Aggressionsproblematik, geringem Selbstwert, sowie auch für Kinder, die über sich hinauswachsen möchten.

Durch gezielt eingesetztes und gelenktes Raufen und Rangeln lernen die Kinder die eigenen, sowie die Grenzen der anderen kennen.

Bewusst werden sozial – emotionale Förderelemente in die Einheiten integriert. Dadurch wird der Umgang mit Aggressionen geübt und gleichzeitig ein Bewusstsein für das Gegenüber geschaffen.

### Ziele:

- ✓ Kennenlernen der eigenen körperlichen Grenzen
- ✓ Umgang mit der eigenen Impulskontrolle
- ✓ Spannungs- und Aggressionsabbau
- ✓ Stärken und Schwächen erkennen und akzeptieren
- ✓ Angemessene Kritik üben und annehmen können
- ✓ Verbesserung des sozialen Miteinanders

### Durchgeführt von:

**Martin Dietrich, MSc**  
Psychotherapeut  
Sonderhortpädagogoge

**Mag. Ramona Dietrich**  
dipl. Fitness- und Personaltrainerin  
Lehrkraft

### WANN?

JEDEN MONTAG VON  
16:30 – 18:00UHR

### AUSGENOMMEN

14.04.2025  
21.04.2025

### WO?

BEWEGUNGSRAUM  
VS PURKERSDORF

### WIE OFT?

10 EINHEITEN ZU  
1 ½ STUNDEN

### KOSTEN?

450€  
ZUSCHUSS DER  
KRANKENKASSE IST  
MÖGLICH

ANMELDESCHLUSS:  
03.03.2025

## FÜR WEITERE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG

Tel:  
0660/6579238

E-Mail:  
office@lockerbande.at

Website:  
www.lockerbande.at