

Combatives Academy

Angebotsmappe



Robin Lenke

Inhalt:

1. Einleitung

2. Das Angebot im Überblick

3. Inhalte & Ablauf der Kurse

4. Zielgruppen & Nutzen

5. Ihre Vorteile auf einen Blick

6. Preise & Pakete

7. Über mich

8. Kontakt

1. Einleitung

Vielen Dank für Ihr Interesse an meinen Selbstschutzkonzepten. In einer Zeit, in der das Thema Sicherheit eine immer wichtigere Rolle spielt, ist es mein Ziel, Menschen in sozialen Berufen durch praxisnahe, individuelle und nachhaltige Trainings zu schützen und zu stärken.

2. Das Angebot im Überblick

Ich biete **individuell angepasste Selbstverteidigungs- und Selbstschutzkonzepte für soziale Einrichtungen und Privatpersonen an. Das Angebot umfasst:**

- **Selbstverteidigungskurse**

- **Anti-Aggressions-Kurse**
- **Kampfkunst-Lehrgänge**

Die Konzepte werden auf Ihre Einrichtung, Ihre Mitarbeiter*innen und deren Alltag abgestimmt.

3. Inhalte & Ablauf der Kurse

Die Kurse laufen in einem Zeitraum von 5-8 Wochen mit wöchentlichen Einheiten von maximal 3 Stunden/Woche. Jede Woche behandelt ein zentrales Thema, das Teil eines ganzheitlichen Schutzsystems ist:

1. **Prävention & Grundlagen**
2. **Stresssituationen & erweiterte Selbstverteidigung**
3. **Selbstschutz im Team & gegen mehrere Angreifer**
4. **Rollenspiele, Szenarien & Simulationen**
5. **Umgang mit Waffen, Wiederholung & Resümee**
6. **In den Wochen 6-8 werden Themen vertieft, wiederholt und auf Kundenwünsche Fokus gelegt.**

Ergänzt wird das Ganze durch praxisnahe Techniken (z. B. Schlag-/Tritttechniken, Hebel, Deeskalation) und Reflexion.

4. Zielgruppen & Nutzen

Mein Angebot richtet sich vor allem an:

- **Kindertagesstätten & Schulen**
- **Pflege- & Betreuungseinrichtungen**
- **Krankenhäuser & soziale Institutionen**



- **Privatpersonen**

Ziele:

- **Erhöhung der Sicherheit**
 - **Stärkung des Selbstbewusstseins**
 - **Souveränes Handeln in Gefahrensituationen**
 - **Langfristiger Schutz durch präventive Denkweise**
-

5. Ihre Vorteile auf einen Blick

- **Individuell auf Ihre Einrichtung abgestimmte Konzepte**
 - **20 Jahre Erfahrung in Kampfkunst & 7 Jahre Unterrichtspraxis**
 - **Realistische & nachhaltige Inhalte**
 - **Kombination aus Praxis, Theorie & Rollenspielen**
 - **Flexible Planung & Kursgestaltung**
-

6. Preise & Pakete

Folgende Standardpakete stehen zur Auswahl:

- **Kleiner Kurs: 5 Wochen à 2 Std. – 500€**
- **Mittlerer Kurs: 6 Wochen à 3 Std. – 750€**
- **Großer Kurs: 8 Wochen à 3 Std. – 900€**

Workshops, Einzeltermine oder spezielle Schwerpunkte sind flexibel anpassbar.

7. Über mich

Robin Lenke, geboren 1997, Karate seit dem 8. Lebensjahr.

- **B-Trainer Lizenz (Kampfkunst Kollegium)**
- **1. DAN im Okinawa Karate**
- **Unterrichtserfahrung mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen**
- **Weiterbildungen u. a. in Arnis, Kobudo, Kyusho**

Ich möchte Menschen stärken, Sicherheit geben und damit einen gesellschaftlich positiven Beitrag leisten.



8. Kontakt

Robin Lenke

Mobil: 01556 1987035

E-Mail: info@combatives-academy.de

Website: combatives-academy.de

Anschrift: Am Hexenberg 15, 78183 Hüfingen

Ich freue mich darauf, gemeinsam mit Ihnen ein Konzept zu entwickeln, das zu Ihren Bedürfnissen passt. Lassen Sie uns Ihre Einrichtung sicherer machen!

Diese Angebotsmappe dient als erste Orientierung. Ein persönliches Beratungsgespräch ist jederzeit möglich.

Anmerkung: Das Konzept lässt sich ebenso als Therapie-Methode umsetzen. Die Kurszeiten sind dementsprechend anpassbar und können in einem Beratungsgespräch vereinbart werden.