



# Freizeitgruppe Autismusspektrum Kampfkunst (FG ASS Kampfkunst)

Ein Angebot der  
Lebenshilfe Böblingen e.V.



**Lebenshilfe**  
Böblingen e.V.

## Freizeitgruppe Autismusspektrum Kampfkunst (FG ASS Kampfkunst)

Du hast Lust, endlich deine eigene Sportgruppe zu finden? -  
Dann ist dieses Angebot vielleicht genau das richtige für dich!

### Für wen?

Kinder und Jugendliche (7–17 Jahre) im Autismusspektrum, welche sportliche Elemente aus verschiedenen Bereichen der Kampfkunst kennenlernen und erlernen möchten

### Was?

- MMA ist eine eigene Kampfsportart, welche alle Stile der Kampfsportwelt vereint;
- Boxen, Kickboxen, Ringen/Judo und auch das Grappling (Raufen) darf nicht fehlen
- der Körper wird nach und nach mobiler und stärker
- die Trainingsstunde wird durch meditative Übungen abgeschlossen
- Balance, Verständnis und Gefühl zum eigenen Körper sind sehr wichtig

### Durch wen?

- Herr Baal ist der Headcoach vor Ort
- päd. Begleitung durch Mitarbeitende der LH Böblingen

### Wo?

Fight Club Siberian Tiger,  
Ziegelstraße 17-19, 71063 Sindelfingen

### Wann?

Freitag (außerhalb von Ferien und Feiertagen) 14 bis 15.30 Uhr

### Wie?

Anfragen ausschließlich über Frau Sommer  
u.sommer@lebenshilfe-boeblingen.de,  
Telefon: 07031/63 302-21