

# WELCOME TO THE OPEN DOJO

OFFEN FÜR ALLE  
SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER  
VON 10 BIS 16 JAHREN

OFFEN FÜR ALLE,  
DIE STRESS HABEN  
UND EINEN  
AUSGLEICH SUCHEN.

UNVERBINDLICH, ÜBERKONFESSIONELL,

AUCH OHNE ANMELDUNG!

TRAINIERE  
KÖRPER UND  
GEIST!

STÄRKE DEIN  
SELBST-  
BEWUSSTSEIN!

KUW  
VERPASST?

DIE TEILNAHME  
AM OPEN DOJO  
KANN ANGERECHNET  
WERDEN.

FRAGE DEINE  
PFARR-  
PERSON!

WANN?>

WIR TRAINIEREN  
IMMER AM MITTWOCH  
NACHMITTAG AB 16H.

WO?>

IM DOJO-RAUM  
DER FRIEDENS-  
KIRCHGEMEINDE

IM ANSCHLUSS:  
CHILLEN IM  
GEMEINSCHAFTS-  
RAUM

AUF ANFRAGE:

ELTERN-  
KIND-TRAINING:  
AB 14H

FÜR  
Ü-16-JÄHRIGE:  
AB 18.30

### **Ansprechpartner:**

**Florian Winkler** (Kampfkunst-Experte,  
Sozialtherapeut und Heilpraktiker)  
Tel. 031 381 18 44  
florian.winkler@refbern.ch  
Jugendarbeit Kirchgemeinde Frieden  
www.refbern.ch

**Simon Kramel** (Jugendarbeiter TOJ, Mediator)  
Tel. 079 688 52 45  
simon.kramel@toj.ch  
Trägerverein für offene Jugendarbeit TOJ  
www.toj.ch

### **Ort:**

Dojo-Raum der Kirchgemeinde Frieden  
Kirchgemeindehaus Steigerhubel «Steigi»  
Steigerhubelstrasse 65, 3008 Bern

### **In Zusammenarbeit mit:**

Kirchgemeinde  
Frieden  
Bern 

 EVANGELISCH-REFORMIERTE  
GESAMTKIRCHGEMEINDE  
BERN

**toj** Trägerverein für  
die offene Jugendarbeit  
der Stadt Bern

 Qualifutura

 **IDEE SPORT**  
Stiftung IdéeSport

### **Empfohlen von:**

Schulsozialarbeit Stadt Bern  
Systema Kampfkunstschule, Jugendprogramm, Bern