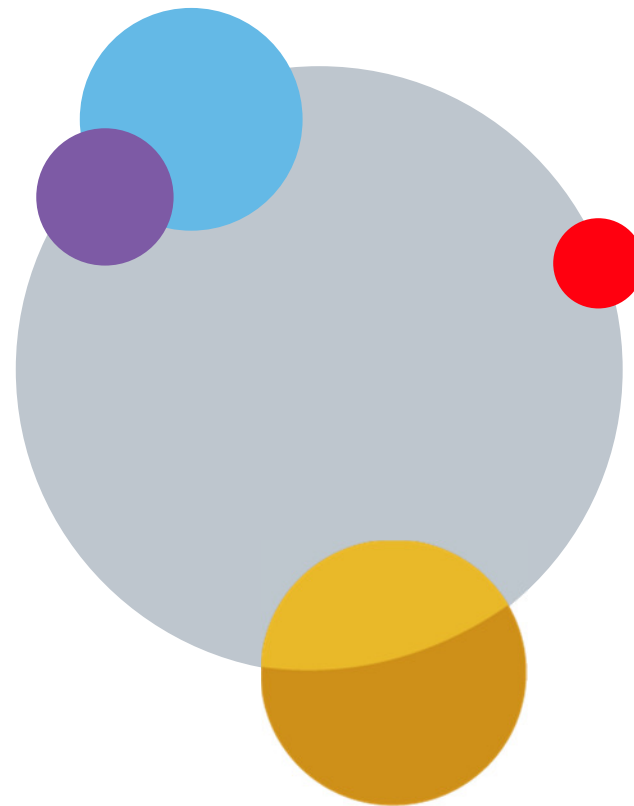


Bitte melden Sie sich
schriftlich bis zum
15.03.2017
über die
VHS Siebengebirge
an.

Selbst- behauptung



Volkshochschule Siebengebirge

✉ Dollendorfer Straße 48
53639 Königswinter

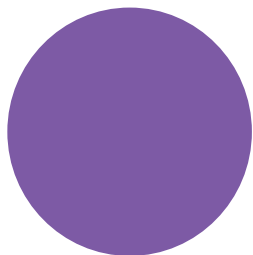
☎ +49 2244/889 -207 oder -208

☎ +49 2244/889 -378

@ vhs@koenigswinter.de

🌐 www.vhs-koenigswinter.de

Selbstbehauptung für Frauen



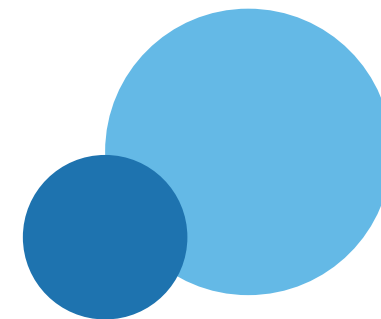
In diesem Workshop, der Frauen jeden Alters anspricht, werden wichtige Verhaltensweisen in Kommunikation und Körpersprache erlernt, die in kritischen Situationen den Verlauf eines Angriffsversuches maßgeblich beeinflussen können.

Weiterhin werden taktische Verhaltensmöglichkeiten sowie Verteidigungstechniken gegen körperliche Angriffe verschiedener Art geübt.

Bitte in Kleidung kommen, in der sich gut bewegt werden kann (oder Sportkleidung) und mit Turnschuhen.

Bitte mitbringen: Essen und Getränk für die kurzen Pausen

VHS Siebengebirge in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Königswinter



samstags, 25.03.2017,
13:00 bis 17:00 Uhr
und
sonntags, 26.03.2017,
10:00 bis 14:00 Uhr

Niederdollendorf,
Haus der Jugend,
Hauptstraße 55

Entgelt: 40,00 €

Kurs-Nr. M50334