WenDo für Mädchen und Frauen - Basistraining

Sicher durch den Alltag

Kursnummer 26Z182532

Beginn Samstag, 12.12.2026, 11:00 - 17:00 Uhr

Dauer 2 Termin(e)

Ort VHS Studienhaus, Raum 316

Dozent Frau Schmitzz G.V.

Kursentgelt 98,00 €

Jede Frau kennt Situationen, in denen sie sich unwohl, unsicher oder bedroht fühlt. In unseren Kursen setzen wir uns mit verschiedenen Formen von Grenzverletzungen, Übergriffen und Angriffen auseinander. In Gesprächen, Rollenspielen und im Einüben körperlicher Techniken suchen wir alte und neue Lösungen für jede Frau. Alle Frauen ab 16 Jahren sind herzlich willkommen.

Kurstermine

Datum	Uhrzeit	Ort
12.12.2026	11:00 - 17:00 Uhr	VHS Studienhaus, Raum 316
13.12.2026	11:00 - 17:00 Uhr	VHS Studienhaus, Raum 316

zur Kursdetail-Seite