

## Selbstverteidigungskurs für Frauen in Dresden

Bereich	Allgemeine Weiterbildung
Preis	36,00 € (Inkl. 19% MwSt.)
Termin	23.11.2019, 10:00 - 15:00 Uhr
Ort	Dresden
Angebot-Nr.	01667874

### Beschreibung des Angebotes

Viel entscheidender als das Beherrschen bestimmter Techniken oder ganzer Systeme (wie Karate, Wing Tsun etc.) ist die grundsätzliche Fähigkeit, unter Druck überhaupt handeln und sich selbst in Sicherheit bringen zu können. In diesem Kurs werden einfache Techniken, die auf die Teilnehmerinnen abgestimmt sind und natürlichen Reflexen entstammen, in szenischem Training geübt. Zusätzlich wird Hintergrundwissen über die verschiedenen Arten von Gewalt und ihre jeweilige Logik vermittelt.

Alle Frauen, Mädchen ab 16 und Migrantinnen jeder Herkunft sind herzlich



**vhs**  
Volkshochschule  
Dresden e.V.

 [0351/254400](tel:0351254400)

 [Anbieter Infos](#)

**Ort**

**VHS Dresden**

 Annenstraße 10  
01067 Dresden  
Deutschland

  
Ulmmarkt-Galerie Dresden  
Google

 [0351/254400](tel:0351254400)

 0351/2544025

 [post@vhs-dresden.de](mailto:post@vhs-dresden.de)

 <http://www.vhs-dresden.de>

willkommen. Grenzen werden respektiert.  
VHS, Annenstraße 10 \* A0.01

## Angebotsmerkmale

Form	Präsenzveranstaltung
Dauer	6 Stunden
Zielgruppe	Frauen
Sprache	deutsch
Zugangsvoraussetzungen	Bitte mitbringen: bequeme Kleidung (ein altes Oberteil, an dem man auch mal zerren kann, z.B. altes Sweatshirt), Socken, keinen Schmuck, Kontaktlinsen statt Brille, Getränk
Weitere Infos	<a href="#">Auf der Internetseite des Anbieters</a>

[Angebot via Autoimport aktualisiert am 18.08.2019](#)