

Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Frauen - WenDo (Grundkurs) in Dresden

Bereich	Allgemeine Weiterbildung
Preis	84,00 € (Inkl. 19% MwSt.)
Termin	14.01.2020 - 10.03.2020 Startzeit: 18:15 Uhr
Ort	Dresden
Angebot-Nr.	01667876

Beschreibung des Angebotes

Dieser Kurs vermittelt Grundlagen zur Selbstverteidigung und Selbstbehauptung, Informationen zum Thema Gewalt gegen Frauen und Mädchen und zu rechtlichen Aspekten der Selbstverteidigung. Frauen lernen einfache, anwendbare Strategien und wirkungsvolle Möglichkeiten kennen, wie sie sich in unangenehmen Situationen und bei Übergriffen wehren können und trainieren diese. Dabei erleben und erfahren Sie, was Ihre eigenen Möglichkeiten und Stärken sind. FMGZ MEDEA e.V., Prießnitzstr. 55




Volkshochschule
Dresden e.V.

 [0351/254400](tel:0351/254400)

 [Anbieter Infos](#)


Ort


VHS Dresden


 Annenstraße 10
01067 Dresden
Deutschland


Ulm-Galerie Dresden

 [0351/254400](tel:0351/254400)

 0351/2544025

 post@vhs-dresden.de

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

Angebotsmerkmale

Form	Präsenzveranstaltung
Dauer	18 Stunden
Zielgruppe	Frauen
Sprache	deutsch
Zugangsvoraussetzungen	Bitte mitbringen: Sportkleidung (Turnschuhe, bequeme Kleidung), Getränk
Weitere Infos	Auf der Internetseite des Anbieters

[Angebot via Autoimport aktualisiert am 22.08.2019](#)