



ZVR-NR. 723120485

## PolizeiSportVereinigung Wien Krav Maga Allround Maor Self Defense



# SELBSTVERTEIDIGUNG „50+“

**Theorie:** Bezirksinspektorin Franziska TKAVC, Landeskriminalamt Wien  
Theorievortrag Gewaltprävention, Eigensicherung und Deeskalation

**Praxis:** Erkennen von Konfliktsituationen,  
Distanzgefühl und Aufzeigen von Grenzen,  
Sicheres Auftreten und gesundes Selbstbewusstsein,  
Opfer – Täterrolle,  
Körpersprache und Kommunikation,  
einfache Selbstverteidigungsgriffe (kein Kampfsporttraining!),  
Verteidigung gegen Angriffe unterschiedlichster Art und Intensität  
(z.B.: Umklammerungen, Würgen, Tasche entreißen,  
Schläge, an der Kleidung zerrén),  
es werden einfache Techniken geübt, die keine große Kraft oder Geschicklichkeit voraussetzen.



### Selbstverteidigung ist kein Anrecht der Jugend!

Auch wenn man nicht mehr so beweglich und kräftig ist,  
kann man sich erfolgreich gegen tätliche Angriffe wehren.

**Wann:** Sonntag, 20. Mai 2012 von 10.00 bis 15.00 Uhr

**Wo:** PolizeiSportVereinigung Wien/Kaisermühlen

Dampfschiffhafen 2, 1220 Wien  
Parkplätze vorhanden oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln  
U1 V.I.C Kaisermühlen mit den Bussen 90A, 91A oder 92A  
(5 min. Fahrzeit) bis Schüttauplatz und dann über  
den Polizeisteg in die PSV-Anlage  
Sportsaal und Sitzungsraum. Kantine vorhanden.

**Ausrüstung:** bequeme Kleidung, Hallenschuhe

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für gesundheitliche Risiken  
des/der TeilnehmerInnen im Zusammenhang mit der Teilnahme an diesem  
Workshop. Verbindliche Anmeldung bis Donnerstag, 17. Mai 2012.  
Der Workshop findet ab 10 TeilnehmerInnen statt.



**Kursbeitrag:** €40,-

**Kontakt:** Ruth Preining Tel.Nr. 0699/12266050  
Robert Wagner Tel.Nr. 0699/19225061  
Bernhard Böhm Tel.Nr. 0699/11694760  
Theresa Glöckl Tel.Nr. 0699/17742010

**E-Mail:** [info@psv-kma.at](mailto:info@psv-kma.at)



[www.psv-kma.at](http://www.psv-kma.at)

