



ZVR-NR. 723120485

**PolizeiSportVereinigung Wien**  
**Krav Maga Allround**  
Maor Self Defense



# SELBSTVERTEIDIGUNG FÜR FRAUEN

**Inhalte:** Erkennen von Konfliktsituationen,  
Distanzgefühl und Aufzeigen von Grenzen,  
Erlernen taktischer Verhaltensmuster im  
Szenarientraining,  
Sicheres Auftreten und gesundes Selbstbewusstsein,  
Opfer – Täterrolle,  
Verbales/Nonverbales Verhalten,  
Verteidigung gegen Angriffe unterschiedlichster Art  
und Intensität (z.B.: Umklammerungen, Würgen,  
Haare reißen, Ohrfeige)

Auch für Jugendliche (ab 14 Jahren), in Begleitung mit einer Erwachsenen möglich!

**Wann:** Sonntag, 15. April 2012  
von 10.00 bis 15.00 Uhr

**Wo:** Sportsaal - Volksschule  
1220 Wien, Markomannenstrasse 9  
(Nähe U1 Kagraner Platz -> Autobus 24A)

**Ausrüstung:** Trainingsgewand, Hallenschuhe, Verpflegung mitnehmen.  
Duschen vorhanden.

Die Teilnehmerinnen nehmen auf eigene Verantwortung an der Veranstaltung teil!  
Verbindliche Anmeldung bis Donnerstag, 12. April 2012  
Der Workshop findet ab 10 Teilnehmerinnen statt.

**Kursbeitrag:** €40,00

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

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



[www.askoe-wien.at](http://www.askoe-wien.at)



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