



# KRAV MAGA ALLROUND

Maor Self Defense - seit 2005



## Selbstverteidigung für Frauen

**Wann** Sonntag, 22. Oktober 2023  
von 10.00 bis 14.00 Uhr

**Wo** Sportsaal – Volksschule  
Engerthstraße 78-80, 1200 Wien  
**Eingang um die Ecke**  
Durchlaufstraße 23 - Gebäudemitte beim  
Eisengatter  
**Öffentliche Verkehrsmittel**  
Station Handelskai  
U-Bahn: U6; Bus: 5A, 11A, 11B  
S-Bahn: S1, S2, S3, S7, S45



**Kursbeitrag** € 50,--

**Ausrüstung** Bequeme Kleidung, Hallenschuhe mit heller, abriebfester Sohle. Bitte eigene Verpflegung mitnehmen.

**Inhalte** Erkennen von Konfliktsituationen, Distanzgefühl und Aufzeigen von Grenzen, sicheres Auftreten und gesundes Selbstbewusstsein, Opfer – Täterrolle, verbales/nonverbales Verhalten, Verteidigung gegen Angriffe unterschiedlichster Art und Intensität (z.B. Umklammerungen, Fixieren der Hände, Würgen, Haare reißen, Ohrfeige, Boden)

Auch für Mädchen (ab 14 Jahren), in Begleitung einer teilnehmenden Erwachsenen, möglich!

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

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für gesundheitliche Risiken der Teilnehmerinnen im Zusammenhang mit der Teilnahme an diesem Workshop. Verbindliche Anmeldung bis Donnerstag, 19. Oktober 2023. Der Workshop findet ab 10 Teilnehmerinnen statt.

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

Mag. Ruth Preining	0699 / 122 66 050
Ing. Fabian Steindl	0660 / 360 37 99
Bernhard Böhm	0699 / 116 94 760

