



ICH WEHRE MICH!

Selbstbehauptung | Selbstverteidigung | Gewaltprävention

Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen ab 12 Jahren

Einfache, aber wirkungsvolle Techniken, um einen Angreifer
abzuwehren bzw. auszuschalten.

Garantiert für jede Frau zu erlernen, auch ohne Vorkenntnisse!

Die Ausbildung erfolgt durch Wolfgang Taferner, welcher unter
anderem seit vielen Jahren als Ausbilder auf dem Gebiet der
Selbstverteidigung bei der Exekutive tätig ist.

Dauer: (3 x 1h 20)

Termine: Samstag, 08.11.2025, Samstag, 15.11.2025 und Samstag,
22.11.2025

Anmerkung: Der Kurs ist aufbauend – alle 3 Termine sollten
wahrgenommen werden.

Örtlichkeit: Volksschule Lind ob Velden

Beginn: jeweils 10:00 Uhr

Kosten: € 12,--pro Teilnehmerin

Für evtl. Verletzungen übernimmt der Veranstalter keine Haftung

Anmeldung:

Eva Bacher – Tel. Nr. 04274/2102-10

Diese Veranstaltung findet im Rahmen der „Gesunden Gemeinde“ statt und wird vom
Land Kärnten, Unterabteilung Gesundheitsförderung, finanziert!