

SAMSTAG, 29.11.2025
14.00 - 17.00 UHR

MS Nußdorf-Debant | Turnsaal
Pestalozzistraße 4
9990 Nußdorf-Debant



SELBST- VERTEIDUNGSKURS FÜR FRAUEN

Franz Bacher - Taekwondo Schule Nußdorf-Debant
Frauenzentrum Osttirol – Beratung für Mädchen und Frauen

Anmeldungen bitte bis Mittwoch, 26.11.2025
unter 04852 / 67 193 oder
info@frauenzentrum-osttirol.at



„Selbstverteidigung“

Franz Bacher von der Taekwondoschule Nußdorf-Debant und das Frauenzentrum Osttirol veranstalten anlässlich der 16 Tage gegen Gewalt an Frauen 2025 einen Selbstverteidigungskurs.

Taekwondo ist nicht nur ein Sport, bei dem man Wettkämpfe bestreitet und Punkte sammelt, im Vordergrund steht beim Taekwondo die **Selbstverteidigung**. Das ist mit ein Grund, weshalb so viele Mädchen und Frauen diesen Sport betreiben.

Jede Frau kennt das Gefühl des Unwohlseins oder der Angst in bestimmten Situationen. Mit meinem Selbstverteidigungskurs lernen sie, wie sie sich im Fall eines Angriffs auch gegen deutlich stärkere Angreifer verteidigen können. Allein das Wissen um ihre eigene Stärke und ihr Potenzial hilft ihnen, in solchen Situationen sicherer aufzutreten.

Wir freuen uns auf einen spannenden und lehrreichen Nachmittag mit Euch!

Information und Anmeldung:
Frauenzentrum Osttirol
Tel. 04852 / 67 193
info@frauenzentrum-osttirol.at

