



WenDo-Kurs für Frauen im Rahmen der Frauenaktionstage

WenDo, ein speziell für Frauen und Mädchen entwickeltes Selbstschutz- und Selbstbehauptungskonzept, vermittelt jeder Teilnehmerin Wissen und Fähigkeiten, ihre körperliche Unversehrtheit und Würde individuell und angemessen zu schützen. Hier können Mädchen und Frauen Nein – sagen üben, Sie erleben Spaß in einer Gruppe und Freude an den eigenen Stärken.

Mädchen und Frauen wehren sich! WenDo heißt „Weg der Frau“.

WenDo ist kein Kampfsport, sondern ein alltagstaugliches Selbstbehauptungs- & Schutzkonzept nur für Mädchen und Frauen. Sportlichkeit ist nicht erforderlich.

Termin: Freitag, 17.03.23 von 16 - 20 Uhr und
am Samstag, 18.03.23 von 10-16 Uhr (zusammenhängender Kurs)

Ort: Turnhalle der GS „Weitlingstraße“, Weitlingstraße 13

Kosten: keine

Versorgung: Selbstversorgung / Mittagessen am Samstag vor Ort bestellen auf Selbstzahlungsbasis

Bitte sorgen Sie gut für sich: *bequeme, warme Kleidung, Sportschuhe (ohne schwarze Sohle)*

Trainerin: Ines Hattermann, WenDo-Trainerin, Mitarbeiterin Wildwasser Magdeburg e.V.

Anmeldung: bis 03.03.2023 (Plätze sind begrenzt – nach Posteingang!)

per E-Mail unter: natalie.schoof@stadt.magdeburg.de

