

# WenDo-Kurs für Frauen\*

WenDo, ein speziell für Frauen\* und Mädchen\* entwickeltes Selbstschutz- und Selbstbehauptungskonzept, vermittelt jeder Teilnehmer\*in 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.

**06.11. + 07.11.2026**

## Organisatorische Rahmenbedingungen

**Zeiten:** Freitag, 15.30 – 19.30 Uhr und Samstag 10-16 Uhr

**Ort:** HSV Medizin Magdeburg e.V. - Leipziger Chaussee 57, 39120 Magdeburg

**Kosten:** **55€ pro Teilnehmerin** (Ermäßigungen auf Anfrage)

**Bitte sorgen Sie gut für sich:**  
*bequeme, warme Kleidung, Sportschuhe (ohne schwarze Sohle),  
Getränke, Mittag/Snack (Selbstversorgung).*

**Anmeldung:** <https://eveeno.com/216744488>

