

Workshop: Selbstverteidigung für Frauen

28.11.2026 von 13-17 Uhr

Im Rahmen von „Orange the World“ laden wir herzlich alle Frauen zu unserem kostenlosen Selbstverteidigungs-Workshop ein.

Lernt, Gefahrensituationen besser einzuschätzen, ruhig zu bleiben und sicher zu reagieren – für mehr körperliche und psychische Sicherheit. Zudem informiert der WEISSE RING e. V. über seine Arbeit und Unterstützungsangebote.

Wir freuen uns auf euch!

**Referent: Gerhard Rodigast - Ju Jitsu Lehrer
Selbstverteidigungslehrer, Projektleiter: "Sport gegen Gewalt"
Rendsburg, Opferberater beim WEISSER RING e. V.**



Bitte bequeme Sachen und etwas zum Trinken mitbringen!

Anmeldung bis zum 26.11. unter:

info.hor@utsev.de oder 04331-591 9908

Ort: Schule Altstadt, Kleine Halle, An der Bleiche 1, Rendsburg

