



# Selbstverteidigung für Frauen

eine Konzeption des

Saarländischen Ju-Jutsu Verbandes e.V. in Zusammenarbeit mit dem  
Landespolizeipräsidium Saarland  
Kriminalprävention und Opferschutz

Der **Saarländische Ju Jutsu Verband e.V.** hat in Zusammenarbeit mit dem **Landespolizeipräsidium Saarland - Polizeiliche Kriminalprävention und Opferschutz** ein Kursmodell "Selbstverteidigung für Frauen" entwickelt. An 13 Abenden lernen die Teilnehmerinnen unter Anleitung von zwei lizenzierten Trainer/innen:

## Prävention

Wo liegen die Gefahren und wie kann Frau diese minimieren?

## Selbstbehauptung

Wie kann Frau durch ihr Auftreten Übergriffe vorzeitig abwehren?

## Selbstverteidigung

Wie kann Frau sich mit einfachen, leicht erlernbaren Techniken effektiv zur Wehr setzen?

Ergänzt wird der Kurs durch einen **Informationsabend des Landespolizeipräsidiums Saarland.**

**Verein: Judo und Ju Jitsu Club St. Ingbert e.V.**

**Beginn: 1. September 2017**

**Trainingsort / Zeit: Wallerfeldhalle St.Ingbert, Freitags 18:30 – 20:00**

**Kontakt: [DanielHamm@gmx.de](mailto:DanielHamm@gmx.de)**

**Tel.: 0176 23 22 79 00**

**<https://m.facebook.com/JuJutsuSt.Ingbert/>**