

ANSPRECHbar 

Pöbeln – Schlagen – Schubsen – Anspucken

Alltagstaugliche Selbstverteidigung

Kolleginnen und Kollegen in kundennahen Bereichen kennen das: Täglich sind sie schwierigen Situationen ausgesetzt, auf die manche mit Stress, Hilflosigkeit und manchmal auch Ärger reagieren. In solchen Situationen brauchst du vor allem einen kühlen Kopf – aber auch kommunikative Fähigkeiten. Im Extremfall sind sogar Selbstverteidigungstechniken nötig, um dich vor deinem Gegenüber behaupten zu können.

In diesem eintägigen Seminar, das vom VDES (Verband Deutscher Eisenbahner-Sportvereine e.V.) durchgeführt wird, lernt ihr die wichtigsten Techniken, um euch in solchen Situationen zu behaupten.

Wann?

05.07.2022 von 10-16Uhr

Wo?

ESV-Sportheim, Oskar-Vongerichten-Straße 7, Ludwigshafen

Anmeldungen mit Name und EVG-Mitgliedsnummer **bis 30.06.** an: tobias@dein-fonds.de

Begrenzte Plätze!

Dein Netzwerk 20*45

Für Rückfragen stehen wir dir gerne zur Verfügung: tobias@dein-fonds.de oder jeffrey.harm@evg-online.org

www.evg-online.org · www.dein-fonds.de