



# Nein heißt Nein

damit Ihr Nein als „richtiges Nein“  
verstanden wird

- Erkennen und Vermeiden bedrohlicher Situationen
- Opfer oder Gegner ? / Zivilcourage
- Wichtige Adressen - Anlaufstellen
- Verteidigungstechniken
- Notwehr – Nothilfe



**Leitung:** Jule Wolf

Lizenztrainerin (Frauenselbstverteidigung)

**Anmeldung:** bis zum 02.06.2023 per Mail an [jiu\\_jitsu\\_tvj@yahoo.de](mailto:jiu_jitsu_tvj@yahoo.de)

**Kursdauer:** 2 Tage, Samstag und Sonntag von 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr

**Kursbeginn:** 17.06.2023

**Ort:** Bürgerhalle Jugenheim, Eingang Gutenbergstr.

**Gebühr:** Nichtmitglieder: 80,- € / Vereinsmitglieder: 60,- €

**Information:** Jule Wolf ([jiu\\_jitsu\\_tvj@yahoo.de](mailto:jiu_jitsu_tvj@yahoo.de)) (Bitte mit Namen und Rückrufnummer)