

„Mach mich nicht an!“ - Jede ist stark

WENDO: Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Frauen und Mädchen mit oder ohne Behinderungen

Im Wendo-Kurs lernst Du,
Wie Du dich richtig wehren kannst.

Auch wichtig:
Gafahren und Gewalt erkennen.
Auch im Alltag gestärkt sein hilft.

Für Wendo musst Du nicht sportlich sein.
Du darfst es aber.

Alle Frauen und Mädchen dürfen teilnehmen.

Der Kurs ist inklusiv- das bedeutet:

Du kannst mit oder ohne körperlichen Behinderungen oder
Lernschwierigkeiten teilnehmen.

Wo? ZsL Mainz e.V., Rheinallee 79-81, 55118 Mainz

Wann? Samstag, **06.08.2022**, von **10:00 - 17:00 Uhr** und
Sonntag, **07.08.2022** von **10:00 - 15:00 Uhr**

Mit wem? Anke Thomasky. Sie ist → WENDO-Trainerin

Kursgebühr: 20 € pro Teilnehmerin, 10 € ermäßigt



Anmelde-Formular


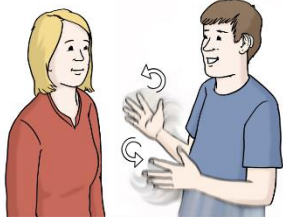




Ich mache mit bei:

Wendo-Kurs

am 6. August 2022 von 10:00 – 17:00 Uhr

und am 7. August 2022 von 10:00 – 15:00 Uhr

Name, Vorname:	
Telefon-Nummer:	
E-Mail-Adresse:	
Ich bringe eine Unterstützerin oder Assistentin mit:	Bitte ankreuzen: <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein 
Ich brauche einen Dolmetscher für Gebärdensprache	Bitte ankreuzen: <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein 
Ich brauche einen Dolmetscher für Schrift	Bitte ankreuzen: <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein 
Ich brauche Leichte Sprache	Bitte ankreuzen: <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein 

Ich brauche diese Hilfe:	
-----------------------------	--

Wenn Sie mit Ihrer Unterstützerin kommen,
dann muss Sie auch am Kurs teilnehmen.

Dafür brauchen wir auch eine Anmeldung von der Unterstützerin.

Es gibt keine Zuschauerinnen im Kurs.

Alle Teilnehmerinnen machen mit.

Diese Anmeldung können Sie:

Als E-Mail: KOBRA@zsl-mainz.de oder als

Fax: 06131 / 14 6 74 – 440 oder per

Post: ZsL Mainz e.V., KOBRA, Rheinallee 79-81, 55118 Mainz

an uns zurück schicken.

Bei Fragen gerne unter:

Telefonnummer: 06131 / 14 6 74 – 585 anrufen.

Wir freuen uns auf Sie!

Nina Nessler und Helene Feldmann von KOBRA und
Anke Thomasky als Wendo-Trainerin