

# WENDO-KURS



DRK-Kreisverband  
Pinneberg e.V.

## SELBSTVERTEIDIGUNG FÜR FRAUEN AB 60 JAHREN IN DER DRK BEGEGNUNGSSTÄTTE RELLINGEN

### THEMEN:

SELBSTBEHAUPTUNG, UND -  
VERTEIDUNG, ÜBUNGEN ZUR  
STIMME UND KÖRPERSPRACHE



---

**FÜR FRAUEN MIT UND OHNE  
EINSCHRÄNKUNG, ES SIND KEINE  
VORKENNTNISSE NÖTIG**

**TERMINE:** 10.+11.03.2025 JEWEILS 09.00-13.00 UHR

**KURSLEITUNG:** RENATE BERGMANN

**GEBÜHR:** 45€ **ORT:** ROSENKAMP 21, RELLINGEN

**INFORMATION + ANMELDUNG** UNTER 04101/553186

ODER [BGST@DRK-KREIS-PINNEBERG.DE](mailto:BGST@DRK-KREIS-PINNEBERG.DE)

DIESES ANGEBOT WIRD IN KOOPERATION MIT DER  
GLEICHSTELLUNGSBEAUFTRAGTEN DER GEMEINDE  
RELLINGEN UND DURCH EINE SPENDE DES SI-CLUB  
PINNEBERG ERMÖGLICHT.



Gemeinde  
**RELLINGEN**  
Gleichstellungsbeauftragte

