

Outdoor Seminar  
für Frauen



A  
S  
S

ufmerksamkeit  
elbstbehauptung  
elbstbewusstsein



# A - S - S 1.0

Aufmerksamkeit – Selbstbehauptung – Selbstbewusstsein

## Themen:

Auftreten und Aufmerksamkeit (Bewegung & Blick)  
Verhalten in dunklen und unübersichtlichen Bereichen  
Eingeschränkte Wahrnehmung  
Offene und geschlossene Ecken  
Alltagsgegenstände als Abwehrwaffen  
Anzeige

## Locations:

Banzai-Dojo / Turnhalle  
Keller  
Aufzug  
Tiefgarage (privat & öffentlich)  
Bahnhof

## Termine:

## Anmeldung:

Banzai-Dojo  
Bahnhofstraße 40  
82152 Planegg  
Fon 089/8990524  
Fax 089/85662569  
kontakt@banzai-dojo.de



## Kosten:

120 € - für Eure Sicherheit