

# SELBSTBEHAUPTUNGSKURS FÜR FRAUEN

Ravensburg  
Montag 18:30 Uhr  
Tao Institut  
Eisenbahnstraße 17



**Werde  
jetzt  
aktiv!**

Psychologie in der Selbstverteidigung  
Aufmerksame Wachsamkeit  
Gruppenverhalten  
Alltagssituationen meistern  
Rechtliche Würdigung  
Alltagsgegenstände als Abwehrmittel  
Hilfseinrichtungen  
Eigenschutz  
Selbstvertrauen steigern  
Stresskommunikation  
Strategien zur Handlungsfähigkeit  
Konditionierungsprozesse



**Sylvi**  
**017621695252**  
**train4move@outlook.com**