

WENDO berlin

Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Frauen* mit und ohne Behinderungen

Neuer Wendo Workshop am Samstag 30.05.2026 von 11:00 bis 17:00 Uhr

Selbstbewusst und stark - Jede findet ihre eigenen Stärken

Nach dem letzten Kurs 2025 waren alle Teilnehmerinnen stärker und hatten mehr Selbstbewusstsein. Das hat uns allen gut getan.



Der neue Kurs am Samstag den 30.05.2026 findet wieder in der ufaFabrik, statt. Sportlichkeit ist keine Voraussetzung. Dieser Kurs richtet sich an Frauen mit/ohne körperlichen und/oder kognitiven Einschränkungen. Die erfahrenen Trainerinnen sind **Rike Schulz** und **Birgit Halberstadt**. Einzelheiten zur Anmeldung zum Kurs folgen. Eine Liste für Interessentinnen gibt es bereits.

Herzliche Grüße

Heike Esser

Öffentlichkeitsarbeit und Programmgestaltung

Netzwerk behinderter Frauen Berlin e. V.

Tempelhofer Damm 160

12099 Berlin

Tel: 030-617 09 167 (Dienstag bis Donnerstag 11 bis 15 Uhr)

E-Mail: anmeldung@netzwerk-behinderter-frauen.berlin

<https://www.netzwerk-behinderter-frauen.berlin>

Anmeldeschluss: 28.05.2026 um 12 Uhr