



Defense Concepts

Prävention · Coaching · Kommunikation



Seminare und Vorträge
zu den Themen:

**Methoden zum Selbstschutz
für Frauen**

Defense Women

Seminare und Vorträge für Frauen

Frauen - das schwache Geschlecht? Nicht mit uns...

Wir bieten Ihnen das passende Konzept für die richtige Frauenpower - unser Seminarkonzept bietet einfach zu erlernende Grundtechniken und zeigt die psychologischen Hintergründe von Übergriffen auf und wie Frau zum "Wolf" im "Schafspelz" wird.

Alle Techniken sind darauf ausgelegt, als körperlich unterlegene Person sich effektiv zu verteidigen.

In der Kriminalstatistik wurden 2014 in Deutschland über 12 Tsd. Fälle von Straftaten gegen die sexuelle Selbstbestimmung erfasst. Davon waren über 93 % Frauen. Fast die Hälfte der Frauen waren davon unter 21 Jahre alt.

Unser speziell entwickeltes Seminar beinhaltet die Grundsätze der Neurolinguistischen Programmierung, genauso wie den Einsatz von Körpersprache, um bereits im Vorfeld die eigenen Grenzen aufzuzeigen. Zusätzlich wird das Notwehrrecht erklärt und wie man die Möglichkeiten nutzt, Menschen zum helfen zu animieren.

Auch auf die Möglichkeiten und die Risiken von dem Einsatz von Waffen zur Selbstverteidigung wird intensiv eingegangen.

Bereits seit 1996 besteht die **Defense-Concepts** unter der Leitung von **Steffen Heinemann**. Über die Jahre entwickelt sich der Bereich der Trainings und Vorträge durch die geänderten Kundenanforderungen und Alltagssituationen ständig weiter.

Gerade die spezielle Verbindung der Kommunikation mit Aspekten der Selbstverteidigung und Selbstbehauptung geben unseren Seminaren die Besonderheit.

Defense-Concepts
Steffen Heinemann
Tel: 05603 / 92 30 63

e-mail: info@defense-concepts.de