Lehrte (uk). Am Samstag, 3. und Sonntag, 4. September findet in den Räumen von „Fitkick“ in der Dorfstraße 34 in Steinwedel ein Selbstverteidigungskurs für Frauen statt. Veranstalter ist AWO Region Hannover. Statt frei und unbeschwert fühlen sich viele Frauen unwohl, wenn sie beispielweise abends allein unterwegs sind. „Dass Frauen respektvoll im öffentlichen Raum behandelt werden, ist leider nicht immer gegeben“, sagt Lennart Gerberding, Personaltrainer und Leiter des Selbstverteidigungskurses. Er besitzt den schwarzen Gürtel und jahrelange Erfahrung in Karate und Kickboxen. Der Kurs soll Frauen helfen, handlungssicher in Gefährdungssituationen zu werden und sich Techniken zur Selbstverteidigung anzueignen. Auch werden theoretische Inhalte z.B. über das Notwehrgesetz vermittelt.

Anmeldeschluss ist der 1. September 2022. Der Kurs richtet sich an Frauen ab 18 Jahre und findet unter den aktuell gültigen Corona-Schutzmaßnahmen statt. Eine telefonische Anmeldung ist unbedingt erforderlich und wird unter der Telefonnummer (05132) 823434 entgegengenommen. Für den Kurs sollen Verpflegung und Getränke mitgebracht werden. Der Kurs ist für die Teilnehmenden kostenlos, er wird aus Spenden der AWO finanziert. Weitere Infos: AWO Frauenberatungsstelle, Goethestraße 8, 31275 Lehrte, Tel. (05132) 823434, fraue nberatung@awo-hannover.de