

Verhalten gegen Pöbeleien oder gar Überfälle bei Dunkelheit

Lehrgangs-Event am 28.2.2026 (Samstag) von 18 bis 22 Uhr für alle Teen-Gruppen

**Stell dich auf einen Abend voller Spaß, Spannung und guter Laune ein.
Wir machen mit euch ein besonderes Training!**

Unser Zeitplan:

- | | |
|-------------|--|
| 17:30 Uhr | Begrüßung, Ankommen, Ablauf des Abends |
| 18:00 Uhr | Einstieg in das Thema <ul style="list-style-type: none">• Abfrage von Erfahrungen• Entstehung und Ursachen von Konflikten• Catcalling, Pöbeleien: So reagierst du cool und souverän Training von Mimik, Gestik und Körpersprache ...• Gefahren frühzeitig erkennen und einschätzen, richtig handeln |
| 19:00 Uhr | Abendessen mit Pizza, Salat etc. |
| 20:00 Uhr | Anti-Überfall-Programm <ul style="list-style-type: none">• Widerstand leisten vom Täter lösen• richtig flüchten,• Hilfe holen, andere Einbinden, Polizei ... |
| 21:00 Uhr | Außenübung auf dem Betriebsgelände;
Der Verfolger, Ich werde umzingelt, Überfall, Festhalten ... |
| ca. 22 Uhr: | Abschlussbesprechung und Ende der Veranstaltung |

Zum Training bitte Turnschuhe und zusätzlich ein altes T-Shirt oder einen alten Pullover mitbringen. Wir werden das Lösen vom Gegner realistisch üben. Dabei kann die Kleidung reißen.

Kosten:

39 € pro Teilnehmer*in. Im Preis ist eine Pizza/Salat und Getränke inbegriffen. Das Geld kann eine Woche vor der Veranstaltung vor Ort bezahlt werden.

Für Nichtmitglieder (Freund oder eine Freundin) kostet der LG 79 €. Bitte Name und Kontaktdaten mit angeben. Es können maximal 26 Teenager teilnehmen.

Anmeldung: Bitte per Mail an info@safeinthecity.de oder vor Ort in die Liste eintragen

Wir freuen uns schon auf Eure Anmeldungen!
Euer Sifu Andreas und das Ausbilder-Team