

# Gewaltschutztraining / Gewaltprävention

Im Angesicht von Gefahr, Mobbing, Einschüchterungsversuchen und offener Gewalt bekommt man gern weiche Knie. Was in solchen Situationen zu tun ist und wie angemessen auf eine solche Bedrohung zu reagieren ist, dafür gibt es nicht wirklich Patentrezepte. Viele stellen sich oft die Frage, wie sie sich am besten, in Zeiten immer häufiger vorkommender Aggressionen, schützen können. In diesem speziellen Kurs werden Sie sich mit verschiedensten Themen der Selbstbehauptung und Gewaltprävention auseinandersetzen. Altersgerecht werden die Inhalte in Theorie und Praxis vermittelt. So erlangen Sie ein gestärktes Selbstwertgefühl und mehr Handlungskompetenz in schwierigen Situationen.

---

## Was erwartet Sie

- Stärkung Selbstvertrauen
  - Hilfe suchen
  - Verbale und nonverbale Kommunikation
  - Körperhaltungsschulung
  - Täter-/Opfer-Signale
  - Altersgerechte Methodik
  - Rollenspiele zur Festigung der Inhalte
  - Deeskalationstechniken
  - Pädagogisch: Erlebnisorientiertes Lernen
- 

## Es ist für JEDEN etwas dabei

- Frauen und Männer
  - Senioren
  - Vereine, Berufsgruppen, Freizeitgruppen, Institutionen, Gesellschaftsgruppen usw.
  - Kinder / Jugend
  - Die Kursinhalte und Zeitrahmen können individuell für jede Gruppe zusammengestellt werden
- 

## Informationen

- Erfahrenes Trainerteam
- Keine Vorkenntnisse oder Voraussetzungen nötig
- Fragen zu Kursen, Organisation oder Individuelle Angebote: [karateinmurr@gmx.de](mailto:karateinmurr@gmx.de)

Die Trainer haben Ausbildungen als B-Trainer Gewaltschutztrainer des DOSB genossen, was sie befähigt einen Kurs in Gewaltschutz / Gewaltprävention zu halten. Diese Ausbildung ist streng nach den Qualitätsstandards des Deutschen Karateverbands und dem Deutschen Olympischen Sportbund geregelt, wodurch für die nötige Seriosität gesorgt ist.

---

## Trainerteam

Ralf  
Maier

Graduierung 2. Dan  
C-Trainer Breiten- und Leistungssport  
B-Trainer SV - SB  
B-Trainer Gewaltschutztrainer

Markus  
Kotoll

Graduierung 4. Dan  
C-Trainer Breiten- und Leistungssport  
B-Trainer Allgemein  
B-Trainer SV - SB  
Karatelehrer DKV

Michael  
Blind

Graduierung 2. Dan  
C-Trainer Breiten- und Leistungssport  
B-Trainer SV - SB  
Krav Maga Defcon Basic 1 – 4  
B-Trainer Gewaltschutztrainer