

# »Wehr DICH, aber richtig!«

## Selbstverteidigungskurs für Frauen



- Ort:** Kulturhaus Aufenau
- Termine:** vom 18.02.2026 bis 25.03.2026  
6 x mittwochs von 19.00 bis 20.30 Uhr
- Fitness:** keine sportlichen Voraussetzungen
- Kursgebühr:** 30,- € (Mitglieder); 60,- € (Nicht-Mitglieder)
- Anmeldung:** Email: [info@asvaufenau.de](mailto:info@asvaufenau.de)  
Tel. 06053-70140

