

5. März 2026

Gesundheitsreihe für Ärzt*innen: Selbstverteidigung

Im Rahmen unserer Gesundheitsreihe für Ärztinnen und Ärzte laden wir Sie erneut zu einem praxisnahen Selbstverteidigungskurs ein. Unter der Leitung von Nevena Lukic-Berger – mehrfache Europameisterin, Militärweltmeisterin und Olympionikin im Taekwondo – erwartet Sie ein intensives Training mit hohem Praxisbezug. Sie lernen, sich in unterschiedlichen Situationen effektiv zu behaupten, Ihr Selbstvertrauen zu stärken und gleichzeitig Ihre körperliche Fitness zu verbessern. Ob Einsteiger*in oder mit Vorerfahrung – alle Interessierten sind herzlich willkommen.

Die Teilnehmerzahl ist **begrenzt**, um eine persönliche Betreuung und maximale Trainingsqualität zu gewährleisten.

Kursdetails:

Datum: Freitag, 20. März 2026

Ort: 1060 Wien, Mariahilferstraße 51

Uhrzeit: 19.00 Uhr / **Dauer:** ca. 90 Minuten

Anmeldung unter folgendem [LINK](#)