29. Oktober 2026

Gesundheitsreihe für Ärzt*innen: Selbstverteidigung

Aufgrund der hohen Nachfrage freuen wir uns, im Rahmen unserer Gesundheitsreihe für Ärzt*innen **zwei zusätzliche Termine** für den praxisnahen Selbstverteidigungskurs anbieten zu können.
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*innen oder mit Vorerfahrung – alle Interessierten sind herzlich willkommen.
Die **Teilnehmerzahl ist begrenzt**, um eine persönliche Betreuung und maximale Trainingsqualität zu gewährleisten.

Kursdetails:
Ort: 1060 Wien, Mariahilferstraße 51
Uhrzeit: 18.45 Uhr / **Dauer:** ca. 90 Minuten
Datum:

- Freitag, 13. November 2026 -> ANMELDUNG
- Freitag, 27. November 2026 -> ANMELDUNG