

25. September 2025

Gesundheitsreihe für Ärzt*innen – Selbstverteidigung

Die Tage werden kürzer, das Licht schwindet. Ein idealer Zeitpunkt für das Erlernen oder Auffrischen von Selbstverteidigungskenntnissen. Im Rahmen unserer Gesundheitsreihe erlernen Sie einfache Techniken, die im Ernstfall unabhängig von Kraft oder Größe eingesetzt werden können. Vorbereitung ist die beste Prävention.

Für die Anmeldung bitte auf das entsprechende Datum klicken.

- [Freitag, 3. Oktober 2025](#)
- [Freitag, 17. Oktober 2025](#)
- [Freitag, 7. November 2025](#)

Wann: 18.00 Uhr

Wo: 1060 Wien, Mariahilferstraße 51

Dauer: 60 Minuten

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

