

# WIR SIND LICHTENRADE 1894 SELBSTVERTEIDIGUNG



**INFO:** <https://vfl-lichtenrade.de/selbstverteidigung>  
**KONTAKT:** [selbstverteidigung@vfl-lichtenrade.de](mailto:selbstverteidigung@vfl-lichtenrade.de)

## NEU - SELBSTVERTEIDIGUNGSKURSE ab 14 Jahren

### 1. Kurs für Mädchen

**Training:** Mo 16:00 – 17:00 Uhr  
am 11.07., 18.07. und 25.07.2022  
in der Sporthalle des Georg-Büchner-Gymnasiums  
**Training:** Do 16:00 – 17:00 Uhr  
am 14.07., 21.07. und 28.07.2022  
im Vereinshaus des VfL Lichtenrade

### 2. Kurs für Jungen

**Training:** Mo 17:00 – 18:00 Uhr  
am 11.07., 18.07. und 25.07.2022  
in der Sporthalle des Georg-Büchner-Gymnasiums  
**Training:** Do 17:00 – 18:00 Uhr  
am 14.07., 21.07. und 28.07.2022  
im Vereinshaus des VfL Lichtenrade

### 3. Kurs für Mädchen

**Training:** Mo 16:00 – 17:00 Uhr  
am 01.08., 08.08. und 15.08.2022  
in der Sporthalle des Georg-Büchner-Gymnasiums  
**Training:** Do 16:00 – 17:00 Uhr  
am 04.08., 11.08. und 18.08.2022  
im Vereinshaus des VfL Lichtenrade

### 4. Kurs für Jungen

**Training:** Mo 17:00 – 18:00 Uhr  
am 01.08., 08.08. und 15.08.2022  
in der Sporthalle des Georg-Büchner-Gymnasiums  
**Training:** Do 17:00 – 18:00 Uhr  
am 04.08., 11.08. und 18.08.2022  
im Vereinshaus des VfL Lichtenrade

**TRAINER: Astrid (1. WKU WM 2019) & Joachim (3. WKU WM 2019)**

**ANMELDUNG: bis 6. Juli per E-Mail**

**KURSGEBÜHR: 48,- €**

**Hinweis: Die Leistungen nach dem Bildungs- und Teilhabepaket umfassen Zuschüsse für Sport, Kultur und Freizeit.**



**VfL Lichtenrade  
1894 e.V.**

*Dein Verein im Süden Berlins!*

**Leistungs- & Freizeit-Sport  
Sport mit Freunden  
Teamgeist & Fairness**

 [vfllichtenrade1894](https://www.instagram.com/vfllichtenrade1894)

 [@vfllichtenrade1894](https://www.facebook.com/vfllichtenrade1894)

 [@lichtenrade1894](https://twitter.com/lichtenrade1894)