

[Bei uns daheim](#) > [Kreis Böblingen](#) > [Böblingen und Umgebung](#) > [Böblingen](#) > Viel Power beim Selbstverteidigungskurs der SVB

Böblingen

# Viel Power beim Selbstverteidigungskurs der SVB

SV Böblingen Abt. Karate 17.04.2024 - 17:09 Uhr

## Erfolgreicher Abschluss des Selbstverteidigungskurses der SV Böblingen.

Man liest zur Zeit leider viel Negatives darüber, dass Leute auf der Strasse oder in der S-Bahn belästigt oder ggf. sogar angegriffen werden. Um ein bisschen besser für solche Situationen gewappnet zu sein, aber auch um nicht kampferfahrene Menschen an das Thema heranzuführen, bietet die **Karateabteilung der SV Böblingen** zweimal im Jahr einen **Selbstverteidigungskurs für Erwachsene** an.

Der diesjährige Frühjahrskurs ist letzte Woche zu Ende gegangen. An 6 Abenden konnten die 14 Teilnehmenden üben, wie man sich vor und wie man sich möglichst effektiv zur Wehr setzen kann. Statistiken zeigen das, z.B. über 80% der Täter von se sich in einer potentiellen Vergewaltigung heftig zur Wehr setzten.

Abwehren gegen verschiedene Angriffstechniken wie einfaches Festhalten, Fauststöße, Würgen oder z.B. der Einsatz von Schlagpolstern und Handpratzen konnten die Teilnehmenden dann selber Fauststöße, Ellbogen,

in Böblingen, **Ulrike Vauth** (5.Dan Karate) und **Andreas Stavrakakis**(7.Dan), haben neben ihrer Karate, Kyusho, auch beide eine umfangreiche Ausbildung zum Thema Selbstverteidigung, und sind seit 2021 im Besitz des Gürtels zum Thema Selbstverteidigung. Die 14 Teilnehmenden (zur Hälfte Frauen/Männer, die ältesten über 60 Jahre) haben den Abschluss-Parcours noch mal richtig Vollgas gegeben und gezeigt wie stark sie sich jetzt wehren können.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben sogar soviel Spaß gemacht, dass sie beschlossen haben in die Karateabteilung einzutreten und beim nächsten Kurs teilzunehmen.

Die nächsten Kurse sind **am 10. Oktober 2024** - Details und Anmeldeinformationen stehen auf der Homepage der Karateabteilung. Bei Interesse können spezielle Kurse, abgestimmt auf spezielle Gruppen, durchgeführt werden.

<https://www.karate-boeblingen.de/index.php/svb-aktuelles/2024/213-neuer-selbstverteidigungskurs2hj2024>

[\(kontakt@karate-boeblingen.de\)](mailto:kontakt@karate-boeblingen.de)

Die Artikel wurden von Vereinen und Gemeinden, Schulen und Kindergärten, Kirchengemeinden und Initiativen verfasst. Die Artikel wurden geprüft und freigegeben. Für die Richtigkeit aller Angaben übernehmen wir keine Gewähr.