

2-TÄGIGES SEMINAR

STRESSFREIE SELBSTBEHAUPTUNG & SELBSTVERTEIDIGUNG

02. - 03.10.2026 im Parkhotel Kolpinghaus Fulda

Inhalte

Selbstverteidigung &
Selbstbehauptung, frühzeitiges
Erkennen von Stressfaktoren,
Entspannungstechniken

*Für DB Mitarbeitende, die Mitglied bei
der EVG sind, ist der Eigenanteil 50,00 €
- die weiteren Seminargebühren
übernimmt der Fonds soziale Sicherung

