



Training



**Selbstverteidigung für Frauen ab 16 Jahren
mit Nicole Klaaßen (SV-Lehrerin im DKV)
unterstützt durch Sven Burkard als gepolsterter Aggressor**

Wann	Freitag 9. Oktober 2026
Trainer/in	Nicole Klaaßen, 2. Dan Shotokan, SV-Lehrerin im DKV, SOS-Trainerin, Coach SC int'l Street Combatives; Sven Burkard, 6. Dan Shotokan, SV-Lehrer im DKV, SOS-Trainer, Coach SC int'l Street Combatives
Trainingsthema	Situative SV, SV-Drills, Arbeit mit Pratzen, Verteidigung gg. gepolsterten Angreifer
Teilnehmer*innen	Karatefrauen aller Stile und Graduierungen (offen für alle, die sich unter FLINTA definieren).
Trainingszeit	18³⁰ – 20³⁰
Trainingsort	Turnhalle Fischersalle/Bleickenallee, Eingang Fischersallee über den Schulhof (Hamburg-Altona)
Kosten	10 €
Veranstalter	Hamburger Karate-Verband e.V., Frauenreferentin

Haftungsausschluss Der Veranstalter übernimmt keine Haftung!

Information/Anmeldung Dr. Reingard Zimmer, Frauenreferentin des HKV, E-Mail: frauenreferentin@karate-hamburg.de