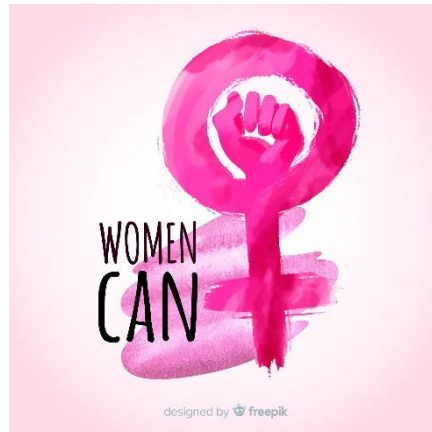


# Frauen-Workshop



Gefördert durch Karate Austria



**Der Karate Landesverband Burgenland möchte Frauen dabei unterstützen in allen Lebenslagen handlungsfähig und stark zu sein.**

**Datum:** 17.5.2025

**Ort:** VS Sigleß, 7032 Sigleß, Schulgasse 2

*Der Eingang zum Turnsaal ist hinter der Schule.*

**Dauer:** 9.00 bis 14.00

**Kosten:** €8 für Karate Austria Mitglieder/ ohne KA-Mitgliedschaft €15

*Der Unkostenbeitrag ist am 17.5. bar zu bezahlen. Als Nachweis der KA-Mitgliedschaft ist der Karate Ausweis vorzuzeigen.*

## **Referentinnen und Themen:**

- Training des Beckenboden und der Rumpfstabilität mit Physiotherapeutin Pia Horwath
- Impulsvortrag zum Thema Frauengesundheit von Dr. Carina Scheiblauer-Marchhart
- Selbstverteidigung mit Karate Trainerin Eva Pauschenwein

**Anmeldung bis 1.5.2025 (Mindestalter 16 Jahre)**

<https://forms.office.com/r/Bm1FitxRGX>

*Nach Anmeldeschluss erhalten die Teilnehmerinnen einen detaillierten Zeitplan.*

