



# Selbstverteidigungskurs für Rettungskräfte

## Selbstverteidigung / Selbstbehauptung

- Rechtliche Grundlagen (Notwehr/Nothilfe/Notstand)
- Taktisches Verhalten im Einsatz
- Deeskalation durch Kommunikation u. Körpersprache
- Selbstverteidigungstechniken
- Nothilfetechniken bei Angriff auf Kollegen und Kolleginnen
- Nutzung von Alltags- bzw. Ausrüstungsgegenständen zu Selbstverteidigung



Polizei Sportverein München

Ab 10. Juni 2024

Montags (7x)

18:30 - 20:45

Preis: 75 €

Feuerwache 9, Heidestraße 3, 81739 München  
E-Mail: [Rettungskraefte-SV@polizei-sportverein.de](mailto:Rettungskraefte-SV@polizei-sportverein.de)

Der Kursleiter und Trainer ist auch Rettungssanitäter  
[www.Polizei-Sportverein.de](http://www.Polizei-Sportverein.de)