

**Sich selbst und andere wirksam vor Gewalt schützen können**  
Ein körperorientierter »Reserveschirm« für den Notfall:  
Selbstverteidigung – »nur für Erwachsene«



Tendo  
転道  
Institut  
BERLIN

Belastungen  
besser  
bewältigen

## Selbstverteidigung für Männer: Mit Sicherheit gut gewappnet für alle Fälle

### Inhalt

Männer erleben Aggression und Gewalt hauptsächlich im öffentlichen Raum, sowohl in Gegenwart anderer Personen als auch ganz allein mit dem Aggressor. Ziel ist dabei häufig die Demütigung des betroffenen Mannes, was ein gutes Management der eigenen Emotionen seitens des Betroffenen erfordert. Die Teilnehmer des Seminars gewinnen Vertrauen in ihre Fähigkeit, alltäglichen Provokationen, körperlichem Drohverhalten, bewaffneten Überfällen sowie lebensgefährlichen Attacken gegen sich und andere besser begegnen zu können. So erlangen sie sowohl in kritischen Ausnahmesituationen als auch in ganz normalen Alltagssituationen mehr Gelassenheit, Präsenz und Mut. Die Teilnahme erfordert keinerlei Vorkenntnisse. Die praktischen Methoden sind realitätsnah, einfach umzusetzen und effektiv in ihrer Wirkung, so dass sie für Männer jeder Konstitution geeignet sind.

**Ort:** Berlin-Charlottenburg  
**Termin:** 24.–25. September 2011  
**Zeiten:** 14–20.30 Uhr und 9–16 Uhr  
**Kosten:** € 250,-  
**Fragen:** dao@tendo-institut.de

### Dozent

Philip C. Dao,  
Dipl.-Psych., Jg. 1972,  
verfügt über langjährige  
Erfahrung als Beurteiler  
und Behandler von schweren  
Gewaltstraftätern im Berliner  
Strafvollzug. Mit dem  
Spezialgebiet Deeskalation  
und Eigensicherung schult  
und berät er seit vielen Jahren  
Menschen, die im Inland  
oder im Ausland in Hochrisiko-  
Umgebungen tätig sind,  
unter anderem bei der  
Kassenärztlichen Vereinigung  
Berlin, an der Bildungsstätte  
Justizvollzug Berlin, sowie am  
Fachbereich Polizei und  
Sicherheitsmanagement der  
HWR Berlin. Seit mehr als  
10 Jahren ist er Cheftrainer  
eines Dojo für Kampfkunst  
und Selbstverteidigung in  
Berlin.



### Anmeldebogen

Hiermit melde ich mich per Post bzw. per Fax (030-49806463) verbindlich an für das Seminar: Selbstverteidigung für Männer am 24.–25.09.2011 in Berlin.

Die entsprechende Teilnahmegebühr habe ich auf das Konto 0744938 des »Tendo Instituts Berlin« bei der Deutschen Bank Berlin (BLZ 10070024) überwiesen.

Ich kenne und akzeptiere die auf der Website [www.tendo-institut.de](http://www.tendo-institut.de) genannten Teilnahmebedingungen für Seminare und Workshops.

**Tendo Institut Berlin (TIB)**  
**Kurfürstendamm 21**  
**10719 Berlin**

Vor- und Nachname

Straße und Hausnummer

PLZ und Ort

Telefon

E-Mail

Datum, Ort und Unterschrift