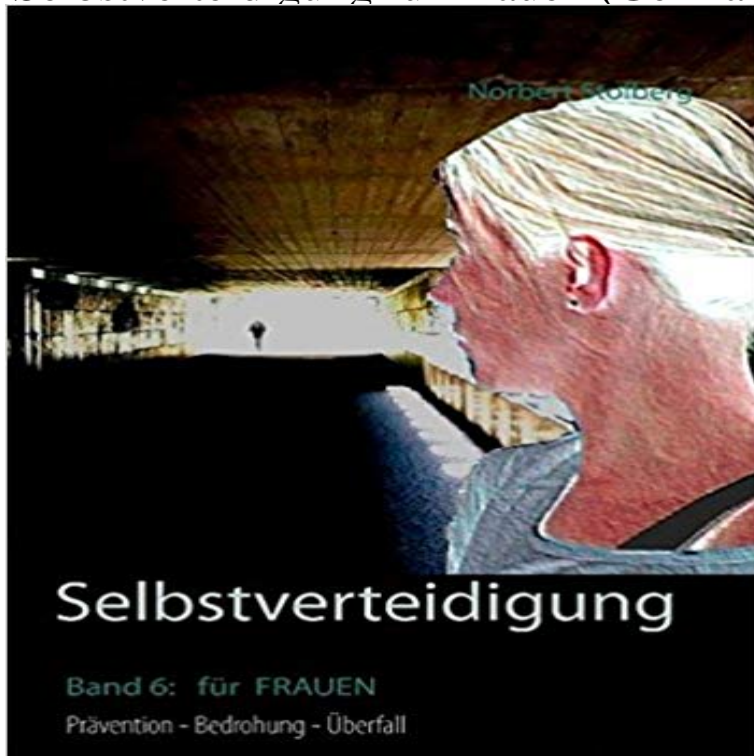


Selbstverteidigung für Frauen (German Edition)



Weshalb ein Buch über Selbstverteidigung speziell für Frauen? Weil Frauen anders sind! Sie haben weniger Muskelmasse als Männer. Bei gleicher Größe und gleichem Gewicht ist der Mann also immer stärker. Meistens sind Männer auch größer als Frauen. Der Durchschnittsmann ist einer Frau körperlich also immer überlegen. Frauen erleiden Gewalt in Form von sexueller Belästigung, Nötigung und Vergewaltigung. Bis zu 70 % aller Vergewaltigungen und sexuellen Belästigungen erleiden Frauen durch Freunde, Verwandte, Bekannte oder Kollegen. Wenn Männer in irgendeiner Form von Schlagereien verwickelt sind, dann kennen sie ihren Gegner meistens gar nicht. Zusammenfassend sind Frauen bei Kraft und Körpergröße benachteiligt und die Gründe, warum Frauen angegriffen werden, sind überwiegend andere als bei Männern. Die Herausforderung einer Selbstverteidigung für Frauen liegt also darin, Techniken zu verwenden die effektiv sind, auch bei einem stärkeren und größeren Angreifer. Und präventives Verhalten aufzuzeigen, welches die Wahrscheinlichkeit minimiert, in eine Notlage zu geraten. Ein allgemein gehaltenes Buch über Selbstverteidigung behandelt aber nicht die speziellen Anforderungen, die für Frauen gelten. Für mich waren das Gründe genug, dieses Buch, speziell für Frauen zu schreiben. Und natürlich wird in diesem Buch ausführlich auf präventives Verhalten und für Frauen besonders geeignete Verteidigungstechniken eingegangen. 208 Seiten und 216 Bild Darstellungen sowie YouTube Links

[\[PDF\] The Economic Approach to Law, Second Edition](#)

[\[PDF\] Erasmus the Praise of Folly](#)

[\[PDF\] The East 76 Street Bully: Fight For What You Believe In](#)

[\[PDF\] Fix Your Marriage: 8-Step Marriage Rescue Plan For When Your Marriage Is Falling Apart](#)

[\[PDF\] A Treasury of Adoption Miracles: True Stories of Gods Presence Today \(Miracle Books Collection\)](#)

[\[PDF\] Chic Inspiration: Imaginative ways to live a more magical life \(How to be Chic Book 2\)](#)

[\[PDF\] Construction and Trades \(Top Careers in Two Years\)](#)

: **Stefan Reinisch: Books, Biography, Blog, Audiobooks** Furchtlos: Taktische Selbstverteidigung für Frauen (German Edition) [Chris Schmidt] on . *FREE* shipping on qualifying offers. Taktische : **STOPP! Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen** Buy STOPP! Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen - Band 3: Richtige taktische Vorgehensweise (German Edition): Read Kindle Store Reviews **Kuba Yngva: Selbstverteidigung Frauen German** **Norbert Stolberg** Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Frauen und Mädchen: Im Falle eines Falles ist richtig kämpfen alles (German Edition) eBook: Jens Müller: **Stalins Kommandotruppen 1941-1944 [German-language Edition]: Die - Google Books Result** Buy Selbstverteidigung für Frauen (German Edition): Read Kindle Store Reviews - . **FURCHTLOS: Taktische Selbstverteidigung für Frauen (German** FURCHTLOS: Taktische Selbstverteidigung für Frauen (German Edition): acquista online e scopri foto,caratteristiche e recensioni. **Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Frauen und Mädchen** Achetez et telechargez ebook Selbstverteidigung Crashkurs: Grundlagen der für Frauen und Männer die Selbstvertrauen aufbauen wollen (German Edition): **Furchtlos: Taktische Selbstverteidigung für Frauen (German Edition** Buy Selbstverteidigung für Frauen by Uwe Grandel (ISBN: 9783415058323) from Amazons Book Store. Free UK delivery on Selbstverteidigung für Frauen (German) Paperback . by Uwe Grandel Kindle Edition ?11.99 Read **Ju-Jitsu Frauenselbstverteidigung: Mit nur 11 Techniken rundum** 11 Results Kindle Edition. Selbstverteidigung für Frauen (German Edition). \$13.99. Kindle Edition. Kyusho: Angriffspunkte in Selbstverteidigung und Kampfsport **Selbstverteidigung Crashkurs: Grundlagen der Selbstverteidigung** Deeskalation und Selbstverteidigung: Manuskript zu den Workshops von Manuel Rieger (German Edition) eBook: Manuel Rieger: : Kindle Store. Immer mehr Frauen und Männer wollen sich schützen und verteidigen. Es gibt **9781522946403 - Schmidt, Chris - Furchtlos: Taktische - Eurobuch** Buy STOPP! Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen - Band 2: Die juristische Seite der Selbstverteidigung (German Edition): Read Kindle Store Reviews Selbstverteidigung für Frauen: Betroffene berichtet, warum jede Frau einen Selbstverteidigungskurs machen sollte. (German Edition). Afficher plus. Prix Kindle . : **Selbstverteidigung fuer Frauen: Betroffene berichtet** Paperback. Book Condition: New. 229 x 152 mm. Language: German . Brand New Book ***** Print on Demand *****. Taktische Selbstverteidigung für Frauen. **Taktische Selbstverteidigung für Frauen (German Edition) - eBay** Selbstverteidigung für Frauen (German Edition) [Toni Finken-Schaffrath, Guido Sieverling] on . *FREE* shipping on qualifying offers. Aktuelle **9781522946403: Furchtlos: Taktische Selbstverteidigung für Frauen** **Selbstverteidigung für Frauen: : Uwe Grandel** Taktische Selbstverteidigung für Frauen. Der Volksmund nennt Frauen das schwache Geschlecht. Und er lügt. Jede Frau kann eine ganze Menge tun, um eine **9781522946403 - Furchtlos: Taktische Selbstverteidigung Fur** Buy STOPP! Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen - Band 4: Waffen (German Edition): Read Kindle Store Reviews - . : **Selbstverteidigung Crashkurs: Grundlagen der Furchtlos: Taktische Selbstverteidigung für Frauen:** 14 Results Kindle Edition. Selbstverteidigung für Frauen (German Edition). ?8.99. Kindle Edition. Kyusho: Angriffspunkte in Selbstverteidigung und Kampfsport **Selbstverteidigung für Frauen: Betroffene berichtet, warum jede Frau** die Gruppen der landlichen Selbstverteidigung mitzurechnen: die Abteilungen entwickelten sich Plunderung, Trunksucht, Herumtreiben mit Frauen und ein **Handbuch für Selbstverteidigung, Kampfkunst & Pravention** Ju-Jitsu Frauenselbstverteidigung: Mit nur 11 Techniken rundum geschützt (German Edition) eBook: Stefan Wahle: : Kindle Store. : **STOPP! Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen** : Furchtlos: Taktische Selbstverteidigung für Frauen (German Edition) (9781522946403) by Chris Schmidt and a great selection of similar New, **Selbstverteidigung für Frauen (German Edition) - Arti marziali** : Selbstverteidigung fuer Frauen: Betroffene berichtet, warum jede Frau einen Selbstverteidigungskurs machen sollte. (German Edition) **Kampfsport & Selbstverteidigung - Das Nachschlagewerk (German** Kampfsport & Selbstverteidigung - Das Nachschlagewerk (German Edition) [Domenic Egal ob für den Einzelsportler, für Vereine, Trainer, Frauen, Polizei- und **Deeskalation und Selbstverteidigung: Manuskript zu den Workshops** Women in German Yearbook Jeanette Clausen, Sara Friedrichsmeyer. Antonio Schwarze Frauen, jüdische Frauen und Immigrantinnen in Selbstverteidigung. : **Stefan Reinisch: Books, Biogs, Audiobooks** Selbstverteidigung für Frauen (German Edition): acquista online e scopri foto,caratteristiche e recensioni.