

Stadt Mühlheim am Main, Montag, 31. Juli 2017

---

## WenDo-Kurs im Jugendzentrum findet großen Zuspruch

In der vergangenen Woche fand im Jugendzentrum ein WenDo-Kurs für 10 bis 13-jährige Mädchen statt. Unter der Leitung von Trainerin Brigitte Störmer lernten die Mädchen unter anderem zu erkennen, wie stark sie tatsächlich sind, sich zu verteidigen, rechtzeitig Gefahren zu erkennen und nach Hilfe zu rufen und den damit verbundenen eigenen Ängsten umzugehen. Die insgesamt 13 Mädchen nahmen mit großem Eifer und Interesse an dem zweitägigen Kurs teil.

WenDo entstand entgegen der verbreiteten Meinung nicht in einem asiatischen Land, sondern in Kanada. In den 1970er Jahren griff die europäische Frauenbewegung das Konzept auf und entwickelte es unter Einbeziehung von Überlegungen zur Gleichberechtigung weiter. WenDo zielt nicht nur darauf ab, sich selbst verteidigen zu können, sondern lehrt auch das Beherrschen der eigenen Wut und des Zeigen von Zivilcourage. Auch diese Aspekte waren Thema des Kurses im JUZ.

Die nächste geplante Aktion nur für Mädchen findet am 8. August statt. Ziel ist ein Ausflug nach Frankfurt bei dem Frankfurt und seine Sehenswürdigkeiten auf dem Wasser und auf dem Land erkundet werden. Mädchen ab 14 Jahren können an diesem Ausflug gegen eine kleine Gebühr von 5 Euro teilnehmen. Anmeldeformulare und weitere Informationen gibt es online unter [muehlheim.de](http://muehlheim.de), vor Ort im Jugendzentrum in der Rodastraße 16 oder telefonisch unter 06108 – 76915.