

Presseinformation

8. Mai 2025

„Nicht mit mir“: SPORTLAND NÖ startet Initiative zur Selbstverteidigung für Frauen ab 14 Jahren

LH-Stv. Landbauer: „Initiative, die Selbstverteidigungsfähigkeit fördern soll und einen großen sportlichen Aspekt hat“

Eine Initiative zur Selbstverteidigung für Frauen stellte LH-Stellvertreter Udo Landbauer gemeinsam mit Judo Niederösterreich Präsident Thomas Stückler und Trainer Thomas Lampl am heutigen Donnerstagnachmittag bei einer Pressekonferenz in Purgstall vor.

„Die Initiative ‚Nicht mit mir‘ ist ein wirklich kraftvolles Zeichen für Mädchen und Frauen“, unterstrich LH-Stellvertreter Landbauer und sagte, dass es darum gehe, Mädchen und Frauen das Rüstzeug in die Hand zu geben, sich selbst zu verteidigen, Gefahrensituationen zu erkennen und in Krisen- und Gefahrensituationen richtig zu reagieren. „Das ist etwas in Zeiten wie diesen, was notwendiger denn je ist“, ergänzte er und sagte, dass es auch ein Zeichen für selbstbestimmte Frauen und Mädchen sei, die sich dann nicht als Opfer sehen sollen und dadurch das körperliche Rüstzeug erhalten, sich selbst zu verteidigen. Laut dem LH-Stellvertreter gehe es auch darum, das entsprechende Selbstbewusstsein mitzugeben.

Die Initiative ist generationenübergreifend und altersübergreifend angelegt und für Frauen im Alter von 14 Jahren aufwärts gedacht. „Es ist natürlich nicht nur eine Initiative, die die Selbstverteidigungsfähigkeit von Frauen und Mädchen fördern soll, sondern natürlich auch ganz klar einen ganz großen wesentlichen sportlichen Aspekt hat“, so Landbauer.

Judo NÖ Präsident Thomas Stückler ergänzte: „Das große Ziel für uns ist es natürlich, mit solchen Projekten die Leute nachher in den organisierten Sport zu bringen. Den Leuten, in diesem Fall auch den Damen, Frauen, Mädchen, auch vielleicht den Großeltern zu zeigen: Habt Freude an der Bewegung, lernt euren Körper kennen und dadurch habt ihr ein Selbstvertrauen. Einerseits wollen wir mit unseren Trainern gemeinsam zeigen, dass es die Möglichkeit gibt, sich selbst zu verteidigen. Andererseits wollen wir mit diesem Projekt auch zeigen, was mache ich, wenn es zu so einer Situation kommt.“

Presseinformation

Trainer Thomas Lampl informierte über die geplanten Einheiten: „Das Training ist auf drei Säulen aufgebaut. Die erste Säule ist: Was können Mädchen oder Frauen im Vorfeld machen, damit es gar nicht zu einem Angriff kommt. Der zweite Part wird die aktive Selbstverteidigung sein. Der dritte Part behandelt die Fragen: Was ist, wenn ein Angriff stattfindet? Wie verhalte ich mich nachher?“

Unter sportlandnoe.at/nicht-mit-mir können sich interessierte Frauen ab 14 Jahren sofort anmelden, 150 Kursplätze sind für die fünf Pilotkurse in Purgstall/Erlauf, Zwettl, St. Pölten, Wiener Neustadt und Gänserndorf verfügbar. Es handelt sich dabei um Kurse zu je fünf Einheiten im Umfang von je zwei Stunden, finanziert werden die Kurse vom SPORTLAND NÖ, für alle Teilnehmerinnen ist ein symbolischer Selbstbehalt von 15 Euro zu bezahlen.

Weitere Informationen: SPORTLAND Niederösterreich, Patrick Pfaller, MA, Telefon +43 2742 9000 19876 / +43 676 812 19876, E-Mail patrick.pfaller@noe.co.at



Judo Landesverband NÖ Vizepräsidentin Johanna Grames, Trainer Thomas Lampl, LH-Stellvertreter Udo Landbauer und Judo Landesverband NÖ Präsident Thomas Stückler (v.l.n.r.) stellten die Initiative "Nicht mit mir" vor.

© NLK Burchhart

Weitere Bilder

Presseinformation



Bei der Pressekonferenz im Mostlandhof in Purgstall/Erlauf (v.l.n.r.): Judo-Trainer Thomas Lampl, LH-Stellvertreter Udo Landbauer und Judo Landesverband NÖ Präsident Thomas Stückler.

© NLK Burchhart