



Hoch her ging es jetzt in der Reithalle der Gebrüder Theilen in Sengwarden. Dort, wo sonst im Winter ein Tannenbaum von der hohen Hallendecke baumelt, hing ein Sandsack. Mitglieder des Reitsportvereins Breddewarden und

der Gebrüder Theilen Reit- und Fahrgemeinschaft GmbH übten sich fleißig in Selbstverteidigung. Den Kurs leitete Sven Schoolmann. Unterstützt wurde er von seinem Sohn Nikhil. Die Mädels lernten, wie sie Gefahren im Vorfeld erken-

nen und vermeiden und wie sie sich zur Durchsetzung ihrer persönlichen Belange selbst behaupten können. Außerdem erlernten sie Techniken, mit denen sie sich im Ernstfall effektiv verteidigen und Angriffe abwehren können. FOTO: THEILEN/P