

PALLAS Weiterbildungen 2026

FK: Schulprojekt "Believe in yourself"

**29.
März
2026**

Tag/Zeit Sonntag, 29. März 2026 von 9.00 - 17.00 Uhr
Kursort Dojo Powersportclub Zürich
Kursleitung Katharina Eisenring, Pallas Expertin
Kosten Pallas-Mitglieder Fr. 250.- / Nichtmitglieder Fr. 300.-
Kurs-Nr. FK-d-80/2026 [Infos](#)

Aufbaumodul: Technikvertiefung und TiS / TAR

**30. + 31.
Mai
2026**

Tag/Zeit Wochenendkurs Sa./So. 30. + 31. Mai 2026
Kursort Budoschule Wädenswil, Oberdorfstrasse 27, 8820 Wädenswil
Kursleitung Katharina Eisenring, Expertin & Oliver Hasler, Ausbilder
Kosten Pallas-Mitglieder Fr. 420.- / Nichtmitglieder Fr. 450.-
Kurs-Nr. FK-d-24/2026 [Infos](#)

FK: ½ Tag Ernstfalltraining (Auto, Lift, Teppenhaus, im öffentl. Raum) und ½ Tag Pfefferspray unterrichten und Rollenspiele Dieser Kurs kann auch nur halbtags besucht werden!

**6.
Sept.
2026**

Tag/Zeit Sonntag, 6. Sept. 2026 von 8.30 - 17.00 Uhr
Kursort Dojo Powersportsclub Zürich
Kursleitung Katharina Eisenring, Expertin & Elena Grebenarov, Ausbilderin
Kosten Pallas-Mitglieder Fr. 230.- / Fr. 130.- Halbtags
Nichtmitglieder Fr. 280.- / Fr. 150.- Halbtags
Kurs-Nr. FK-d/f-79-2026 [Infos](#)

FK: Mut zur Abgrenzung! Selbstbehauptung für diverse Zielgruppen

**7.
Nov.
2026**

Tag/Zeit Samstag, 7. Nov. 2026 von 09.15 - 16.45 Uhr
Kursort Gom Taekwondo Steinhausen
Kursleitung Clarissa Walther & Monika Bucher, Pallas Ausbilderinnen
Kosten Pallas-Mitglieder Fr. 285.- / Nichtmitglieder Fr. 325.-
Kurs-Nr. FK-d-78-2026 [Infos](#)

Basisausbildung (BA) für Pallas Trainerin oder Pallas Assistenz-Trainer

Ziel: Kompetent Grundkurse in frauen- und mädchenspezifischer Selbstverteidigung leiten zu können.

	Daten	Workshop: Samstagnachmittag, 18. April 2026 von 13.00h - 17.00h obligatorisch für BA26 TN Modul 1: Sa./So. 9.+10. Mai 2026 Modul 2: Sa./So. 6.+7. Juni 2026 Modul 3: Sa./So. 4.+5. Juli 2026
	Kursleitung	Katharina Eisenring, Pallas Expertin Clarissa Walther & Monika Bucher, Pallas Ausbilderinnen

Weitere Informationen über den **BA26** wie Kosten, Zulassungsbedingungen und Anmeldeformular unter:
<https://www.pallas.ch/ausbildung/aus-und-weiterbildung/basisausbildung?format=html>