

KURZPROFIL



BIRGIT KÖNIG

geb. 01.04.1969

Gewaltschutztrainerin

Selbstverteidigungslehrerin

Betriebliche

Gesundheitsmanagerin/IHK

Trainerin C und B

Mutter

MEINE THEMEN

Gewaltprävention

Kommunikation – Eskalation –
Deeskalation

Selbst- und Zeitmanagement

Stressbewältigung

Train the Trainer

KONTAKT

Birgit König

Karl-Wagenfeld-Str. 35

32584 Löhne

☎ 0151 7508 4925

birgitkoenig79@gmail.com

• AUS- UND WEITERBILDUNG

- 2014 Betriebliche Gesundheitsmanagerin/IHK
- 2015 Trainer-C Lizenz Karate
- 2016 B-Lizenz Selbstverteidigungslehrerin/DKV Bronze und Silber
- 2019 B-Lizenz Gewaltschutztrainerin/DKV für Kinder, Jugendliche und Erwachsene // Karate

• ZUSÄTZLICHE REFERENZEN

- Gewaltschutztrainerin für das Kommissariat Prävention, Krs. Minden-Lübbecke, für Mädchen
- Gewaltprävention für Jugendreferat Vlotho, Four C in Bad Oeynhausen, GESW Vlotho (Gesamteuropäisches Studienwerk)
- Regelmäßige Gewaltschutzkurse OGS Löhne, AWO Ostwestfalen, VHS Bad Oeynhausen

• SPORTLICHE STATIONEN

- 1972-1981 TUS Eidinghausen (Gründer mein Großvater) Geräteturnen und Leichtathletik
- 1982-1989 HCE Handball Linksaußen und Kreisläuferin
- 1990-1995 Taekwondo Gründungsmitglied TOSAN Bad Oeynhausen, Wettkämpfe und Turniere bis Braungurt
- **1995-heute** Karate im Bushinkai Shotokan Karate Dojo im 1. SC Bad Oeynhausen
- 1995-2000 alle Farbgurte und viele Lehrgänge auf Bundes- und Landesebene besucht
- 2013-heute Braun- und Schwarzgurte
- Nebenbei immer Yoga, Laufen, Radfahren uvm.

• WEITERES (z. B. berufliche Erfolge, persönliche Stärken oder Ähnliches)

- 2012 Zirkuspädagogische Gruppenleitung
- 2014 Volunteer bei der Karate WM in Bremen Wettkampftisch und Anti-Doping
- 2014-2020 Abteilungsleiterin Bushinkai Shotokan Karate Dojo im 1. SC Bad Oeynhausen
- 2017_03 1. Dan Shotokan Karate DKV
- 2023 Gewaltprävention in Malawi