ESCUELA ESPAÑOLA DE SUPERVIVENCIA & BUSHCRAFT - EES&B-
www.esupervivencia.com
esupervivencia@gmail.com telf. whastApps: 629 62 75 23

TALLER DE DEFENSA PERSONAL

Madrid, Parque del Retiro

06 abril 2024 de 10:00 a 13:00 h

Una introducción a la defensa personal, para superar eventos negativos que pongan en riesgo nuestra vida.

Dónde: Parque del Retiro de Madrid, Plaza del Teatro de Títeres. https://goo.gl/maps/P7ry8oxSQFX25jud6

Precio oferta por tiempo limitado (~~PVP 60€~~) **ahora con -50%: Se queda en 30€/persona mayor de 16 años, 20€ menores de 15 años, y gratis para menores de 10 años acompañados de adulto. Plazas limitadas.**

ÍNDICE DE CONTENIDOS:

El mundo en el que vivimos ni es perfecto ni es la "colina de los Teletabis" Siempre hay peligros a los que hacer frente y que si no estás preparado tienes todas las papeletas para salir malparado.

Así pues, hay que prepararse y prever esas situaciones porque no dependen de tu buena voluntad sino de la delos "malos", y "malos" hay muchos y bien preparados.

- Qué es la defensa personal DF
- Evitar la DF a toda costa
- La mejor defensa es la que no se tiene
- El entorno, el enemigo (s), la actitud, las posibles salidas, las armas de fortuna
- Puntos débiles
- Factor sorpresa
- Distancia de seguridad
- Técnicas de golpeo
- Técnicas de sueltas
- Llaves

Objetivos del taller:

Los participantes conocerán las técnicas para primero evitar esas situaciones, y si tienen que abordarlas cómo y de qué manera es la mejor y menos lesiva. La DF personal es eso; defensa no es combate ni lucha.

Desarrollo del taller

- Parte teórica para la comprensión de los conceptos

- Parte práctica para realizar lo aprendido.

Más información y reservas en esupervivencia@gmail.com y telf. WhatsApp 629 62 75 23

Ofertas: Precios especiales para grupos de más de 5 personas, consultar. Además, se descontará el importe abonado en éste taller, de los Cursos de Técnicas de Supervivencia CTS n1 de 3 días de duración al contratarlos.