



Carval Formacion sl

CUM
LAUDE

DEFENSA PERSONAL GLOBAL: PROTOCOLOS Y TÉCNICAS

Curso · A Distancia

189 € IVA inc.

Descripción

Tipología	Curso
Nivel	Nivel intermedio
Metodología	A distancia
Horas lectivas	300h
Duración	3 Meses
Inicio	Fechas a elegir
Envío de materiales de aprendizaje	Sí
Servicio de consultas	Sí
Tutor personal	Sí

¿Deseas aprender defensa personal? Emagister te comparte el curso de Defensa Personal Global: Protocolos y Técnicas, una formación diseñada por reconocida Carval Formación, donde podrás desarrollarte como un experto en el uso de armas y defensa frente a distintas agresiones, a través de las artes marciales y los protocolos de prevención ante las formas de maltrato. Este programa formativo se desarrolla en la modalidad a distancia durante un periodo de tres meses en los que Carval Formación te enviara los materiales de estudio para que tengas al alcance de tu mano toda la información necesaria para esta formación. Además tendrás a tu servicio un tutor personal que te acompañara durante tu proceso de aprendizaje.

Con este curso te sumerges en el mundo de la defensa personal y las artes marciales. Aprendes sobre la prevención y los protocolos de seguridad, desarrollando una actitud adecuada frente a agresiones y aprendiendo técnicas de defensa verbal y física. Te preparas para reaccionar de manera efectiva y prever situaciones que puedan poner en riesgo tu seguridad o la de otros.

No dejes que la incertidumbre te detenga. Capacítate en defensa personal y obtén las habilidades necesarias para protegerte y actuar en situaciones de riesgo. Haz clic en el botón "Pide Información" y uno de nuestros asesores de Emagister estará encantado de proporcionarte más detalles sobre este curso. ¡No esperes más para tomar el control de tu seguridad personal!

Instalaciones y fechas

A distancia

INICIO

Fechas a elegir

Matrícula abierta

A tener en cuenta

¿Cuáles son los objetivos de este curso?



Preguntas & Respuestas

Opiniones

Logros de este Centro



¿Cómo se consigue el sello CUM LAUDE?



Materias

- ✓ Prevención
- ✓ Defensa personal
- ✓ Armas
- ✓ Protocolos
- ✓ Agresión
- ✓ Armas corporales
- ✓ Puntos vitales
- ✓ Artes marciales
- ✓ Mente en blanco
- ✓ Agresividad

Profesores



Daniel González Martín

TUTOR

Temario

1. QUÉ ES LA DEFENSA PERSONAL

- Componentes clave de la Defensa Personal
- Agresividad y violencia
- Shin Gi Tai (Espíritu, Técnica y Cuerpo)
- Observación continua
- Mushin (Mente en blanco)
- Mitos y realidades de la Defensa Personal
- Defensa personal y artes marciales
- Los cerebros” del hombre

2. PREVENCIÓN Y PROTOCOLOS

- Prevención
- La Kinésica o lenguaje corporal
- Actitud ante una agresión a un tercero
- Protocolos
- Defensa personal verbal
- Tipos de agresor
- El acoso
- Previsión ante reacciones irracionales
- Agresiones habituales
- Agresiones sexuales
- Romper con el estereotipo de agresor sexual
- Modus Operandi de un agresor sexual
- Agresiones verbales
- Estudio del entorno (conciencia situacional)
- En el domicilio
- Internet
- Protección infantil
- Los secuestros
- Secuestro “virtual”
- Transporte público
- Automóvil
- Cajeros automáticos
- Hoteles
- Coches de alquiler
- Zonas de ocio
- La ropa
- Actitud en la calle
- Engañar a la víctima
- El miedo
- Entrenamiento mental
- La pelea
- Ataques de perro
- Ascensor
- Dónde aparcar
- El concepto “gato” y el análisis de las opciones
- El mejor arte marcial es...
- Ejercicios mentales
- Agresiones con cuchillo
- La conducta colectiva en situaciones críticas
- Cómo reaccionar ante ataques terroristas

3. TÉCNICAS DE DEFENSA PERSONAL

- Pensamiento no lineal
- Distancias
- Practicar las técnicas hasta interiorizarlas
- Varios agresores
- El papel de Uke (compañero de entrenamiento)
- Endurecimiento y uso de protecciones en el entreno
- Puño o palma en defensa personal
- Armas corporales
- Armas ocasionales (artículos cotidianos)
- Armas defensivas
- Puntos vitales del cuerpo humano
- Atemis
- Luxaciones
- Proyecciones
- Pruebas de estrés (stress test)