

CURSO DE INICIACIÓN DEFENSA PERSONAL FEMENINA AUTOPROTECCIÓN PARA LA MUJER

ORGANIZA: FEDERACIÓN MADRILEÑA DE LUCHA

COLABORA: SINDICATO UNIFICADO DE POLICÍA

FECHA Y LUGAR

- FECHA: Por determinar en el mes de Mayo de 2023
- LUGAR: Ciudad Escolar de la Comunidad de Madrid

HORARIO

- Sábado - Mañana: de 10:00 a 14:00 h. - Tarde: de 15:30 a 19:30 h.

PROFESORADO

- MAESTRO D.P.FEMENINA y APM / POR DETERMINAR

OBJETIVOS DEL CURSO

Se convoca este curso con el fin de dar a conocer e iniciar a los/as alumnos/as en la Defensa Personal Femenina y Autoprotección para la Mujer.

- Se impartirán técnicas de Especialista en DPFemenina Nivel I y programa APM Nivel I
- Técnicas de Autoprotección
- Conocer medidas de seguridad en el domicilio, a la salida del domicilio, en el automóvil, en los paseos por la calle.
- Conocer la defensa personal como medio de autoprotección.
- Conocer distintos medios de fortuna para la seguridad fuera del domicilio.

MATERIAL A TRAER POR LOS ALUMNOS

- Guantillas
- Palo
- Cuchillo simulado
- Útiles de fortuna: bolígrafo, paraguas, zapato, bolso ...

INDUMENTARIA

- Pantalón de chándal o blanco de artes marciales y kurka o chaquetilla roja. También se puede asistir con ropa deportiva.
- Bota de lucha o similar.

REQUISITOS DE LOS ASPIRANTES:

- No se precisan conocimientos previos.

LICENCIA

Licencia anual federativa (requisito indispensable)

65 €

- Es requisito indispensable tener licencia en vigor para la realización de este curso.

CURSO	CUOTA OFICIAL FML	ABONA ALUMNO	SUBVENC. SUP
Cuota de curso	80 €	0 €	80 €

DIPLOMAS	CUOTA OFICIAL FML
Especialista en DPFemenina - Nivel I	40 €
Especialista AMP – Nivel I	30 €

INSCRIPCIONES

- En el teléfono 91 364 63 04 (martes y jueves de 10 a 14 h.)
- En el correo mar@fmlucha.es indicando:
 - Nombre, apellidos y teléfono de contacto.
 - Curso DPF+APM SUP
- El número máximo de alumnos/as será de 30, siguiendo riguroso orden de inscripción.