

TALLER DE DEFENSA PERSONAL EN EL TRABAJO



Dirigido tanto a hombres como a mujeres

FECHA DE REALIZACIÓN:
el 15 de noviembre 2022



¡¡PLAZAS LIMITADAS!!

Durante el taller aprenderemos estrategias y movimientos para poder defendernos y superar ante una situación imprevista y de peligro, a un supuesto atacante, sin importar su fortaleza física y sin necesidad de usar armas,...



BENEFICIOS QUE APORTA LA DEFENSA PERSONAL:

- ✓ Serás capaz de defenderte y sabrás reaccionar ante situaciones de peligro si es necesario.
- ✓ Te permitirá conocerte a ti mismo.
- ✓ Sabrás mantener el control de la situación en todo momento.
- ✓ Aprenderás a prevenir anticipándote y evitando el problema.
- ✓ Interactuarás con tus compañeros fuera de la dinámica diaria del trabajo.
- ✓ Creación y cohesión de grupos de trabajo.

HORARIO:

de 10:00 a 13:00 h

LUGAR DE REALIZACIÓN:

C.D.S.C.M.E.A. Cuatro Vientos
Avenida de la Aviación, 14 L-10
28054 (Base Aérea de Cuatro Vientos)

Instructor: Carlos Gentil Sanz

Cinturón Negro 2 Dan de Karate(FMK) -
Cinturón negro Hapkido Defensa Personal -
Cinturón Negro 1 Dan de Defensa personal
(FMK) - Especialista de Seguridad (FMD)

INSCRIPCIÓN:

Hasta el 13 de noviembre
de 2022



<https://forms.gle/yVJo7UWBDgkP52wg9>