

**MASTER CLASS**  
4 HORAS LECTIVAS

# DEFENSA PERSONAL

## PARA MUJERES A PARTIR DE 14 AÑOS



### PRESENTACIÓN

En los tiempos que vivimos, en que la agresividad y violencia inesperadas están cada vez más presentes en cualquier ámbito de vida cotidiana: escuela, trabajo, espacios de ocio, centros comerciales, hogar... es imprescindible disponer de unos recursos y herramientas que nos permitan reaccionar y sobrevivir a estas situaciones.

Especialmente las mujeres son un colectivo vulnerable, no solo a la agresividad y violencia generalizada, si no también al acoso y la agresión sexual. Por ello este taller va destinado exclusivamente a ellas, para poder proporcionarles unas herramientas útiles que las capaciten para poder reaccionar ante estas situaciones y poder protegerse tanto a ellas mismas como a sus seres queridos.

### EQUIPO DOCENTE :

**Vanessa Adán**, Instructora de alto grado en artes marciales tradicionales y modernas de la Bujinkan Dojo (Dai Shihan, cinturón negro 15º Dan). Enfermera Experta en Salud Mental, Drogodependencias, Toxicomanías y Resolución de Conflictos. Certificada en Perfiles Criminales por la Universidad de UCLA y el FBI. Instructora miembro de la AWSDA American Women's Self Defense Association.

**Alex Esteve**, Instructor de alto grado en artes marciales tradicionales y modernas de la Bujinkan Dojo (Dai Shihan, cinturón negro 15º Dan). Experto internacional en seguridad y autoprotección. Máster en Ciencias Forenses por la Universidad de Barcelona. Instructor de Tácticas Defensivas, Autoprotección y Armamento y Tiro por el FBI (Ministerio de Justicia de los EEUU). Instructor miembro de la AWSDA American Women's Self Defense Association.

### LUGAR DE IMPARTICIÓN

CIFE GROUP. **COMPLEJO DEPORTIVO Y ACADÉMICO**

Campllong, Costa Brava

**Can Puigmolé**

Carretera C-25 Km 242,6 - C.P.: 17.459 Campllong, Girona

**Teléfono de información:** +34 607 14 82 73

**E-mail:** info@cife.group

### DATOS GENERALES

**MASTER CLASS de 4 horas.**

**Plazas limitadas**

**PRECIO: 50 €**

**HORARIOS: de 10 a 14 h.**

**SÁBADO 20 DE OCTUBRE**

### PREINSCRIPCIÓN:

Vía e-mail [vane@cife-academia.eu](mailto:vane@cife-academia.eu) antes del domingo 30 de septiembre.

### INSCRIPCIÓN:

Una vez se haya llegado al grupo mínimo de alumnas se contactará vía email con todas las personas pre-inscritas para que puedan proceder a la inscripción.

