

Defensa Personal para Mujeres



Actividades Monográficas

El efecto que produce en la mujer el sentimiento de indefensión, la hace vivir muchas veces con un miedo inconsciente que la limita a la hora de querer realizar proyectos y actividades. Es importante que la mujer sea consciente que puede defenderse y crear una serie de mecanismos de defensa que la proporcione ese sentimiento de seguridad que muchas veces le falta.

Fecha y Horarios	sábado 20 de febrero de 2016 de 10 a 14 horas y de 17 a 20 horas
Plazos de inscripción	A partir del lunes 8 de febrero: Universitarios por Campus Virtual y Cónyuges de PAS y PDI en las oficinas del SAFYD o por el procedimiento de pago electrónico. A partir del miércoles 10 de febrero: Resto de interesados, en las oficinas del SAFYD o por el procedimiento de pago electrónico.
Tarifas	5 € con Tarjeta SAFYD 15 € No Universitarios

El S.A.F.Y.D. se reserva la posibilidad de suspender o aplazar aquellas actividades que no lleguen al 50% de ocupación.

Grupo	Plazas	Monitor/a y Sala	Contenidos
--------------	---------------	-------------------------	-------------------

Seguridad en la sociedad: Defensa personal, formas de agresión, técnicas de defensa personal, consejos prácticos

Aplicación práctica:

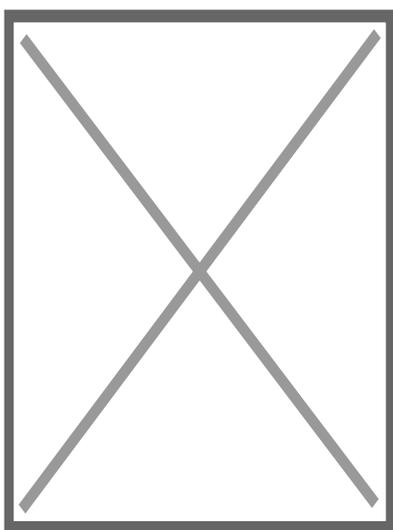
- golpes
- puños
- golpeo con piernas, codos,
- agarres contra pared, estrangulaciones
- defensa ante múltiples atacantes (técnicas de Krav Maga)

Técnicas anti-violación

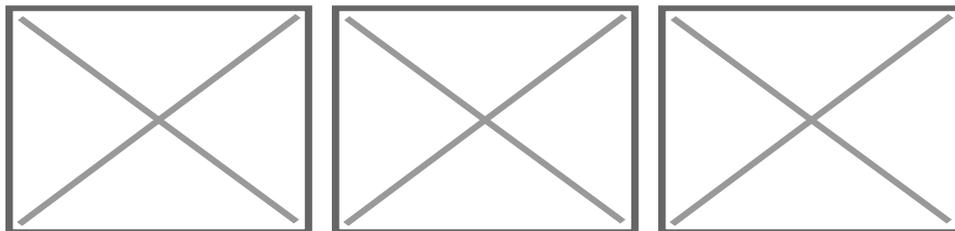
Defensa personal 20
para Mujeres plazas

**Club Deportivo
Cuadrilátero Jaén**

*Pabellón Deportivo y
Sala de Expresión*



[Síguenos en](#)



Enlaces relacionados

- [Pago electrónico](#)

Documentos relacionados

- [Solicitud de Inscripción a Actividades](#)
- [Resolucion de Gerencia - Procedimiento para la Devolución de ingresos por actividades físicas y deportivas de la UJA](#)