



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

Postgrado de Instructor de Defensa Personal Femenina + Titulación Universitaria





Elige aprender en la escuela
líder en formación online

ÍNDICE

1 | Somos
Euroinnova

2 | Rankings

3 | Alianzas y
acreditaciones

4 | By EDUCA
EDTECH
Group

5 | Metodología
LXP

6 | Razones por
las que
elegir
Euroinnova

7 | Financiación
y Becas

8 | Métodos de
pago

9 | Programa
Formativo

10 | Temario

11 | Contacto

SOMOS EUROINNOVA

Euroinnova International Online Education inicia su actividad hace más de 20 años. Con la premisa de revolucionar el sector de la educación online, esta escuela de formación crece con el objetivo de dar la oportunidad a sus estudiandes de experimentar un crecimiento personal y profesional con formación eminetemente práctica.

Nuestra visión es ser **una institución educativa online reconocida en territorio nacional e internacional** por ofrecer una educación competente y acorde con la realidad profesional en busca del reciclaje profesional. Abogamos por el aprendizaje significativo para la vida real como pilar de nuestra metodología, estrategia que pretende que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva de los estudiantes.

Más de
19
años de
experiencia

Más de
300k
estudiantes
formados

Hasta un
98%
tasa
empleabilidad

Hasta un
100%
de financiación

Hasta un
50%
de los estudiantes
repite

Hasta un
25%
de estudiantes
internacionales

[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



Desde donde quieras y como quieras,
Elige Euroinnova



QS, sello de excelencia académica
Euroinnova: 5 estrellas en educación online

RANKINGS DE EUROINNOVA

Euroinnova International Online Education ha conseguido el reconocimiento de diferentes rankings a nivel nacional e internacional, gracias por su apuesta de **democratizar la educación** y apostar por la innovación educativa para **lograr la excelencia**.

Para la elaboración de estos rankings, se emplean **indicadores** como la reputación online y offline, la calidad de la institución, la responsabilidad social, la innovación educativa o el perfil de los profesionales.



[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

ALIANZAS Y ACREDITACIONES



Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

BY EDUCA EDTECH

Euroinnova es una marca avalada por **EDUCA EDTECH Group**, que está compuesto por un conjunto de experimentadas y reconocidas **instituciones educativas de formación online**. Todas las entidades que lo forman comparten la misión de **democratizar el acceso a la educación** y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación



ONLINE EDUCATION



Ver en la web

METODOLOGÍA LXP

La metodología **EDUCA LXP** permite una experiencia mejorada de aprendizaje integrando la AI en los procesos de e-learning, a través de modelos predictivos altamente personalizados, derivados del estudio de necesidades detectadas en la interacción del alumnado con sus entornos virtuales.

EDUCA LXP es fruto de la **Transferencia de Resultados de Investigación** de varios proyectos multidisciplinares de I+D+i, con participación de distintas Universidades Internacionales que apuestan por la transferencia de conocimientos, desarrollo tecnológico e investigación.



1. Flexibilidad

Aprendizaje 100% online y flexible, que permite al alumnado estudiar donde, cuando y como quiera.



2. Accesibilidad

Cercanía y comprensión. Democratizando el acceso a la educación trabajando para que todas las personas tengan la oportunidad de seguir formándose.



3. Personalización

Itinerarios formativos individualizados y adaptados a las necesidades de cada estudiante.



4. Acompañamiento / Seguimiento docente

Orientación académica por parte de un equipo docente especialista en su área de conocimiento, que aboga por la calidad educativa adaptando los procesos a las necesidades del mercado laboral.



5. Innovación

Desarrollos tecnológicos en permanente evolución impulsados por la AI mediante Learning Experience Platform.



6. Excelencia educativa

Enfoque didáctico orientado al trabajo por competencias, que favorece un aprendizaje práctico y significativo, garantizando el desarrollo profesional.



Programas
PROPIOS
UNIVERSITARIOS
OFICIALES

RAZONES POR LAS QUE ELEGIR EUROINNOVA

1. Nuestra Experiencia

- ✓ Más de **18 años de experiencia.**
- ✓ Más de **300.000 alumnos** ya se han formado en nuestras aulas virtuales
- ✓ Alumnos de los 5 continentes.
- ✓ **25%** de alumnos internacionales.
- ✓ **97%** de satisfacción
- ✓ **100% lo recomiendan.**
- ✓ Más de la mitad ha vuelto a estudiar en Euroinnova.

2. Nuestro Equipo

En la actualidad, Euroinnova cuenta con un equipo humano formado por más **400 profesionales**. Nuestro personal se encuentra sólidamente enmarcado en una estructura que facilita la mayor calidad en la atención al alumnado.

3. Nuestra Metodología



100% ONLINE

Estudia cuando y desde donde quieras. Accede al campus virtual desde cualquier dispositivo.



APRENDIZAJE

Pretendemos que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva



EQUIPO DOCENTE

Euroinnova cuenta con un equipo de profesionales que harán de tu estudio una experiencia de alta calidad educativa.



NO ESTARÁS SOLO

Acompañamiento por parte del equipo de tutorización durante toda tu experiencia como estudiante

4. Calidad AENOR

- ✓ Somos Agencia de Colaboración N°99000000169 autorizada por el Ministerio de Empleo y Seguridad Social.
- ✓ Se llevan a cabo auditorías externas anuales que garantizan la máxima calidad AENOR.
- ✓ Nuestros procesos de enseñanza están certificados por **AENOR** por la ISO 9001.



5. Confianza

Contamos con el sello de **Confianza Online** y colaboramos con la Universidades más prestigiosas, Administraciones Públicas y Empresas Software a nivel Nacional e Internacional.



6. Somos distribuidores de formación

Como parte de su infraestructura y como muestra de su constante expansión Euroinnova incluye dentro de su organización una **editorial y una imprenta digital industrial**.

FINANCIACIÓN Y BECAS

Financia tu cursos o máster y disfruta de las becas disponibles. ¡Contacta con nuestro equipo experto para saber cuál se adapta más a tu perfil!

25% Beca
ALUMNI

20% Beca
DESEMPLEO

15% Beca
EMPRENDE

15% Beca
RECOMIENDA

15% Beca
GRUPO

20% Beca
**FAMILIA
NUMEROSA**

20% Beca
**DIVERSIDAD
FUNCIONAL**

20% Beca
**PARA PROFESIONALES,
SANITARIOS,
COLEGIADOS/AS**



[Solicitar información](#)

MÉTODOS DE PAGO

Con la Garantía de:



Fracciona el pago de tu curso en cómodos plazos y sin interéres de forma segura.



Nos adaptamos a todos los métodos de pago internacionales:



y muchos mas...



Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

Postgrado de Instructor de Defensa Personal Femenina + Titulación Universitaria



DURACIÓN
470 horas



**MODALIDAD
ONLINE**



**ACOMPANIAMIENTO
PERSONALIZADO**



CREDITOS
4 ECTS

Titulación

Doble Titulación: - Titulación de Postgrado de Instructor de Defensa Personal Femenina con 360 horas expedida por Euroinnova Business School y Avalada por la Escuela Superior de Cualificaciones Profesionales -Titulación Universitaria de Defensa Personal con 4 Créditos Universitarios ECTS. Formación Continua baremable en bolsas de trabajo y concursos oposición de la Administración Pública

[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



EUROINNOVA INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

EXPIDE LA SIGUIENTE TITULACIÓN

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con Número de Documento XXXXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre de la Acción Formativa

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación de EUROINNOVA en la convocatoria de XXX

Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXXXX

Con un nivel de aprovechamiento ALTO

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en
Granada, a (día) de (mes) del (año)La Dirección General
NOMBRE DEL DIRECTOR ACADÉMICO

Sello

Firma del Alumno/a
NOMBRE DEL ALUMNO

La presente Titulación es expedida por el Centro Asociado de la Universidad de Granada, en el marco de la cooperación con la Universidad de Granada, a través de la cual se garantiza la calidad de la formación. La presente Titulación es expedida por el Centro Asociado de la Universidad de Granada, en el marco de la cooperación con la Universidad de Granada, a través de la cual se garantiza la calidad de la formación. La presente Titulación es expedida por el Centro Asociado de la Universidad de Granada, en el marco de la cooperación con la Universidad de Granada, a través de la cual se garantiza la calidad de la formación.

Descripción

La defensa personal se trata del conjunto de técnicas que tienen la finalidad de detener o evitar una acción ofensiva que se lleva a cabo contra otra persona o contra uno mismo. Para poder aplicar estas técnicas de forma adecuada, se deben conocer las principales técnicas de defensa personal y las características de cada una de ellas. Esto cobra especial relevancia en el caso de la violencia de género. Por medio del presente Curso de Instructor de Defensa Personal Femenina se ofrece al alumnado los conocimientos necesarios con los que enseñar a otras personas la correcta aplicación de las técnicas de defensa personal en cualquier situación que se pueda producir.

Objetivos

Entre los principales objetivos del curso instructor defensa personal femenina podemos destacar los siguientes: -Explorar la evolución de la violencia de género a lo largo de la historia. -Partir de la Declaración de los Derechos Humanos para analizar los derechos humanos de las mujeres y concretar el concepto de igualdad. -Ofrecer un marco teórico donde se aborda, tanto el concepto de violencia de género, como las teorías y modelos sociológicos y psicológicos que intentan darle explicación. - Exponer el marco jurídico básico de referencia en materia de violencia de género e igualdad en España. -Ofrecer un amplio abanico de técnicas para favorecer y facilitar el trato con la víctima. - Describir el concepto de monitor, y las cualidades, habilidades y actitudes que debe tener. - Desarrollar la anatomía implicada en la actividad física. - Conocer las cualidades físicas básicas que todo deportista debe desarrollar. - Aprender el proceso a seguir para la programación y organización de las sesiones de entrenamiento. - Introducir la reglamentación y las normas de juego básicas de cada deporte. - Enumerar las lesiones deportivas que pueden aparecer en este contexto y sus medidas de prevención y tratamiento correspondientes. - Adquirir las nociones básicas de primeros auxilios que debe conocer un monitor deportivo. - Situar la defensa personal desde su origen hasta la actualidad, y conocer los

[Ver en la web](#)

EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

tipos que hay y sus características principales. - Describir las diferentes formas de agresión que se pueden producir y los factores que permiten predecirla. - Conocer las armas naturales del cuerpo y los puntos vitales más relevantes para la defensa personal. - Enumerar las habilidades necesarias para poder llevar a cabo de la forma adecuada la defensa personal. - Describir los pasos que se deben seguir en la aplicación de las técnicas básicas de defensa personal. - Saber los pasos que conlleva la defensa de una agresión según las características de ésta.

Para qué te prepara

El curso de instructor defensa personal femenina está dirigido a los profesionales que, por su trabajo, deben conocer las técnicas de defensa personal en profundidad y a quienes se dediquen a formar a otras personas sobre ello, siendo igualmente útil para cualquier persona interesada en adquirir estos conocimientos, ya sea para introducirse en este sector laboral como para utilizarlos en su vida diaria.

A quién va dirigido

A través del presente curso de instructor defensa personal femenina podrás desarrollar los conocimientos adecuados para instruir a otras personas en la realización de este tipo de técnicas de forma que se garantice la seguridad, tanto de uno mismo como de terceras personas.

Salidas laborales

Actividad física y deporte, centros deportivos y centros de defensa personal, tanto en el ámbito público como en entidades de carácter privado.

TEMARIO

PARTE 1. INTERVENCIÓN CON MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA PROBLEMÁTICA DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

1. Perspectiva actual. La hondura del problema
2. Consideraciones históricas
3. Mitos y prejuicios acerca de la violencia de género

UNIDAD DIDÁCTICA 2. DERECHOS HUMANOS E IGUALDAD

1. Derechos Humanos: Definición y clasificación
2. Derechos Humanos para las mujeres
3. El concepto de Igualdad

UNIDAD DIDÁCTICA 3. SOCIALIZACIÓN Y GÉNERO

1. La igualdad como horizonte
2. La teoría sexo - género
3. Sexismo y cultura
4. El proceso de socialización
5. Los estereotipos sexuales en nuestra cultura
6. La aportación de la perspectiva de género

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ACERCAMIENTO AL CONCEPTO DE VIOLENCIA DE GÉNERO

1. Violencia y Género
2. Conceptos clave en la violencia de género
3. Algunas aproximaciones al concepto de de violencia de género

UNIDAD DIDÁCTICA 5. TEORÍAS Y MODELOS EXPLICATIVOS DE LOS MALOS TRATOS

1. Teorías sociológicas sobre la violencia de género
2. Teorías psicológicas sobre violencia de género

UNIDAD DIDÁCTICA 6. FORMAS DE VIOLENCIA Y DELITOS CONTRA LA LIBERTAD SEXUAL DE LAS MUJERES

1. Tipos de malos tratos en mujeres
2. Delitos contra la libertad sexual

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PERFIL Y CARACTERÍSTICAS DEL AGRESOR Y VÍCTIMA

1. El agresor
2. Tipos de agresores
3. La víctima
4. Factores asociados a la victimización

UNIDAD DIDÁCTICA 8. MARCO JURÍDICO

1. Cuestiones previas
2. Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género
3. Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres

UNIDAD DIDÁCTICA 9. POLÍTICAS DE IGUALDAD

1. Origen de las políticas de igualdad
2. Políticas de igualdad en la Unión Europea
3. Políticas estatales de igualdad
4. Políticas autonómicas de igualdad

UNIDAD DIDÁCTICA 10. LA PLANIFICACIÓN DE LA INTERVENCIÓN SOCIAL

1. Planificación
2. La acción positiva
3. Medidas para la violencia de género

UNIDAD DIDÁCTICA 11. TÉCNICAS DE ASESORAMIENTO Y CONSULTORÍA

1. Definición de relación de ayuda
2. Situación de crisis y expectativas de la persona ayudada
3. Diferentes estilos de relación de ayuda
4. Concepto de empatía
5. La respuesta
6. La reformulación
7. La relación de ayuda como proceso
8. Técnicas psicológicas
9. Modalidad terapéutica
10. La destreza de iniciar

UNIDAD DIDÁCTICA 12. INTERVENCIÓN CON MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE GÉNERO

1. Intervención Jurídica
2. Intervención Psicológica con mujeres maltratadas
3. Intervención social con mujeres maltratadas

UNIDAD DIDÁCTICA 13. PROTOCOLOS DE ACTUACIÓN

1. Protocolos de actuación para mujeres víctimas de violencia de género
2. Orden de protección
3. Protocolos de actuación de los cuerpos de seguridad del Estado
4. Protocolos de actuación desde el ámbito sanitario
5. Protocolo de actuación desde un servicio de atención a la mujer
6. Protocolo de actuación desde el juzgado de guardia

PARTE 2. MONITOR DEPORTIVO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL MONITOR

1. Definición de monitor
 1. - Factores y ámbito de actuación de un monitor
2. Funciones del monitor
3. Estilos del monitor deportivo
 1. - Estilos según la finalidad
4. Tipos de actividades
 1. - Criterios para la organización de las actividades

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CUALIDADES Y CARACTERÍSTICAS DEL MONITOR

1. Cualidades físicas básicas que debe poseer y desarrollar el monitor
 1. - Resistencia
 2. - Fuerza
 3. - Flexibilidad
 4. - Velocidad
2. Las cualidades psicomotrices
3. Habilidades sociales del monitor
 1. - La asertividad
 2. - La Inteligencia emocional
 3. - Autoconcepto y autoestima
 4. - La empatía
4. Actitudes desarrolladas por el monitor

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

1. Introducción a la anatomía
2. Sistema óseo
 1. - Fisiología
 2. - División del esqueleto
 3. - Desarrollo óseo
 4. - Sistema óseo: composición
 5. - Articulaciones y movimiento
3. Sistema muscular
 1. - Tejido muscular
 2. - Clasificación muscular
 3. - Ligamentos
 4. - Musculatura dorsal
 5. - Tendones
4. Sistema nervioso
5. Sistema linfático

UNIDAD DIDÁCTICA 4. METABOLISMO EN FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO

1. El ejercicio físico
 1. - Clasificación
 2. - Efectos fisiológicos del ejercicio físico
 3. - Efectos fisiológicos en niños y adolescentes

4. - Fases del ejercicio
2. Adaptaciones orgánicas en el ejercicio
 1. - Adaptaciones metabólicas
 2. - Adaptaciones circulatorias
 3. - Adaptaciones cardíacas
 4. - Adaptaciones respiratorias
 5. - Adaptaciones de la sangre
 6. - Adaptaciones del medio interno
3. Metabolismo energético durante el ejercicio. La fatiga
 1. - Fuerza, potencia, rendimiento y recuperación del glucógeno muscular
 2. - La fatiga

UNIDAD DIDÁCTICA 5. CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS

1. Introducción a las cualidades físicas básicas
2. Resistencia
 1. - Factores que influyen en el desarrollo de la resistencia
 2. - Desarrollo y evolución de la resistencia
3. Fuerza
 1. - Factores que influyen en el desarrollo de la fuerza
 2. - Desarrollo y evolución de la fuerza
4. Velocidad
 1. - Factores que influyen en la velocidad
 2. - Desarrollo y evolución de la velocidad
5. Flexibilidad
 1. - Factores que influyen en la flexibilidad

UNIDAD DIDÁCTICA 6. CUALIDADES PSICOMOTRICES Y FORMAS PARA ALCANZAR SU DESARROLLO

1. Introducción a las cualidades psicomotrices
2. El esquema corporal
 1. - Elaboración del esquema corporal
 2. - Organización del esquema corporal
3. El proceso de lateralización
4. Coordinación
 1. - Tipos de coordinación
 2. - Factores condicionantes de la coordinación
 3. - La evolución de la coordinación
 4. - Orientaciones educativas para el desarrollo de la coordinación
5. Equilibrio
 1. - Tipos de equilibrio
 2. - Factores condicionantes del equilibrio
 3. - Evolución del equilibrio
 4. - Orientaciones educativas para el equilibrio
6. Desarrollo de las capacidades perceptivo motrices
7. Manifestaciones expresivas asociadas al movimiento

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROGRAMACIÓN Y ORGANIZACIÓN DE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO

1. Programación del proceso de entrenamiento
2. Planificación del entrenamiento
3. Sesión de entrenamiento
 1. - Fases de una sesión de entrenamiento
 2. - Objetivos de la sesión de entrenamiento
 3. - Tipos de sesiones de entrenamiento
4. Características de un buen entrenador

UNIDAD DIDÁCTICA 8. TÉCNICAS DE DESARROLLO DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS

1. Técnica y táctica de los deportes
 1. - La técnica
 2. - La táctica
2. Reglas de juego
3. Didáctica de la iniciación deportiva
 1. - Modelos de iniciación deportiva
 2. - Fases de la iniciación deportiva
 3. - Tipos de juegos para la iniciación deportiva
 4. - Juegos de iniciación para deportes de equipo
4. Juegos aplicados a la educación física
 1. - Tipos de juegos aplicados a la educación física
5. Aprendizaje y desarrollo motor
 1. - Características del aprendizaje motor
 2. - Principales modelos explicativos del aprendizaje motor
 3. - Factores que intervienen en el aprendizaje motor
 4. - Desarrollo motor
6. Test y baterías de evaluación

UNIDAD DIDÁCTICA 9. TÉCNICAS DE DESARROLLO FÍSICO INTEGRAL

1. La actividad física y el deporte a desarrollar
2. Métodos y técnicas didácticas aplicadas a la educación física. Juegos aplicados a la educación física
 1. - Métodos de enseñanza en educación física
 2. - Técnicas de enseñanza en educación física
3. Reglamentación y normas de juego básicas en cada deporte
 1. - Aeróbic
 2. - Fútbol
 3. - Natación
 4. - Baloncesto
 5. - Tenis
 6. - Atletismo
 7. - Artes marciales: Judo
 8. - Voleibol
 9. - Balonmano
 10. - Bádminton

UNIDAD DIDÁCTICA 10. LESIONES DEPORTIVAS. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

1. Introducción a las lesiones deportivas
2. Definición
3. La prevención
4. Tratamiento
5. Lesiones deportivas frecuentes
 1. - Lesiones musculares
 2. - Lesiones en los tendones
 3. - Lesiones articulares
 4. - Lesiones óseas
6. ¿Qué debes hacer si te lesionas durante la realización del ejercicio físico?
7. ¿Qué puedes hacer si te lesionas?
8. Técnicas utilizadas en la prevención y tratamiento de lesiones

UNIDAD DIDÁCTICA 11. PRIMEROS AUXILIOS

1. Introducción a los primeros auxilios
 1. - Principios básicos de actuación en primeros auxilios
 2. - La respiración
 3. - El pulso
2. Actuaciones en primeros auxilios
 1. - Ahogamiento
 2. - Las pérdidas de consciencia
 3. - Las crisis cardíacas
 4. - Hemorragias
 5. - Las heridas
 6. - Las fracturas y luxaciones
 7. - Las quemaduras
3. Normas generales para la realización de vendajes
4. Maniobras de resucitación cardiopulmonar
 1. - Ventilación manual
 2. - Masaje cardíaco externo

PARTE 3. DEFENSA PERSONAL FEMENINA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. FUNDAMENTOS BÁSICOS DE LA DEFENSA PERSONAL

1. Origen y definición del concepto
 1. - Historia de la defensa personal
 2. - ¿Qué es la defensa personal?
2. Tipos de defensa personal
3. Los Siete Componentes de la Defensa Personal

UNIDAD DIDÁCTICA 2. FORMAS DE AGRESIÓN Y FACTORES QUE INFLUYEN EN ELLA

1. Formas de agresión
2. Factores que influyen en la agresión
 1. - Factor político
 2. - Factor cultural
 3. - Factor económico

4. - Factor ecológico
3. Factores coyunturales
 1. - El alcohol
 2. - Sustancias estupefacientes
 3. - Edad y sexo

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ARMAS NATURALES DEL CUERPO Y PUNTOS VITALES PARA LA DEFENSA PERSONAL

1. Armas naturales del cuerpo
2. La importancia de los puntos vitales en defensa personal
 1. - Puntos vitales de la parte superior del cuerpo
 2. - Puntos vitales de la parte inferior del cuerpo

UNIDAD DIDÁCTICA 4. HABILIDADES NECESARIAS PARA LA DEFENSA PERSONAL

1. Habilidades físicas
 1. - Resistencia
 2. - Fuerza
 3. - Velocidad
2. Habilidades de comunicación
3. Habilidades emocionales
 1. - Influencia del estrés
 2. - Conciencia emocional
 3. - Control de las emociones

UNIDAD DIDÁCTICA 5. TÉCNICAS BÁSICAS DE DEFENSA PERSONAL I

1. Posiciones
2. Desplazamientos
3. Caídas
4. Golpeos
 1. - Con la parte superior del cuerpo
 2. - Con la parte inferior del cuerpo
5. Bloqueos
 1. - Bloqueo ascendente
 2. - Bloqueo descendente
 3. - Bloqueos hacia dentro y hacia fuera

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TÉCNICAS BÁSICAS DE DEFENSA PERSONAL II

1. Luxaciones
 1. - Luxación de muñeca
 2. - Luxación de codo
 3. - Luxación de hombro
2. Estrangulaciones
3. Proyecciones
 1. - Técnicas de brazo
 2. - Técnica de cadera

3. - Técnica de pierna
4. Técnicas de defensa personal en el suelo

UNIDAD DIDÁCTICA 7. DEFENSA DE LAS AGRESIONES I

1. Defensa contra objeto contundente
2. Defensa contra arma blanca
 1. - Características de las armas blancas
 2. - Técnicas de defensa personal contra arma blanca
3. Defensa contra armas de fuego (corta y larga)
 1. - Características de las armas de fuego
 2. - Técnica de defensa personal contra armas de fuego

UNIDAD DIDÁCTICA 8. DEFENSA DE LAS AGRESIONES II

1. Defensa contra ataques con puño
2. Defensa contra patadas
3. Defensa contra golpes de rodilla
4. Defensa ante un agarre por detrás
5. Defensa contra estrangulaciones

¿Te ha parecido interesante esta información?

Si aún tienes dudas, nuestro equipo de asesoramiento académico estará encantado de resolverlas.

Pregúntanos sobre nuestro método de formación, nuestros profesores, las becas o incluso simplemente conócenos.

Solicita información sin compromiso

¡Matricularme ya!

!Encuéntranos aquí!

Edificio Educa Edtech

Camino de la Torrecilla N.º 30 EDIFICIO EDUCA EDTECH,
C.P. 18.200, Maracena (Granada)

 900 831 200

 formacion@euroinnova.com

 www.euroinnova.edu.es

Horario atención al cliente

Lunes a viernes: 9:00 a 20:00h Horario España

¡Síguenos para estar al tanto de todas nuestras novedades!



Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



By
EDUCA EDTECH
Group