

# Curso de Defensa Personal para Mujeres y Hombres



## Técnicas de Defensa Personal

Defensa personal, Krav Maga

Golpes y patadas

Defensa de golpes y patadas

Técnicas contra ataques callejeros de pie y en el suelo

Combate cuerpo a cuerpo

Sometimientos

Proyecciones y derribes

Múltiples atacantes

Desarme: de cuchillo, arma de fuego y bastón

Duración 8 días, 3 horas por día

Certificado por módulo

16 sesiones 2 horas por día, horarios flexibles entre semana y fines de semana.



<https://www.lasaacademy.com.mx/>

Teléfono: 49929904

WhatsApp: 5534668221