

# DEFENSA PERSONAL

## ii Engánchate, practica y te enamorarás !!

*Nuestra Defensa Personal es la actividad física de enfrentamiento más completa e imaginativa que existe.*

- *El mejor sistema teórico práctico de resolución de situaciones de conflicto.*
- *La respuesta perfecta a la necesidad y demanda sociales en términos de seguridad.*
- *Riqueza, variedad y amplitud de campo de aplicación:*  
*Operativa, Para la mujer, Violencia de género, Sanidad, Psiquiátricos, Control de y acceso a locales de ocio...*
- *Es un deporte formativo y completo, atractivo en su variedad técnica y posibilidades de aplicación, útil, divertido, práctico y actual*

### OBJETO CONCRETO DE NUESTRA D.P.

*Es el conocimiento de métodos de prevención, evaluación y estrategias así como el desarrollo de habilidades y técnicas corporales de enfrentamiento que posibiliten su uso lícito en caso de necesidad.*

### CONTENIDO DE NUESTRA DEFENSA PERSONAL

*Nuestra Defensa Personal, que abarca aspectos psicológicos, legales, estratégicos, físicos y de prevención, ha sido desarrollada sobre el estudio de la realidad, el análisis de situaciones, la experiencia en la calle y un bagaje marcial heredado, eficaz, que es apropiada y progresivamente aplicado.*

### ÁMBITOS DE APLICACIÓN:

- esfera privada
- esfera profesional

### ESPECIALIDADES DE MAYOR INTERÉS EN D.P.

#### DEFENSA PERSONAL OPERATIVA

*Es un Programa específico de formación para Cuerpos y Fuerzas de Seguridad del estado y Seguridad Privada en técnicas de autodefensa, protección e intervención, así como en el apropiado uso de la fuerza, necesidad demandada por Naciones Unidas y los propios gobiernos occidentales.*



### SON FUNDAMENTOS DE NUESTRA D.P.O.

1.- El respeto y adecuación al Ordenamiento jurídico, 2.- La Oportunidad y la Congruencia, 3.- La Efectividad, 4.- La proporcionalidad en el uso de la fuerza y la menor lesividad posible, 5.- La Imagen.

### FORMACIÓN: TRES NIVELES O CICLOS FORMATIVOS

- **NIVEL I o FORMACIÓN BÁSICA EN DPO**
- **NIVEL II o FORMACIÓN AVANZADA EN D.P.O.**
- **NIVEL III o FORMACIÓN SUPERIOR EN D.P.O.**  
Éste conlleva el título de **ESPECIALISTA EN D.P.O.**

### DEFENSA PERSONAL PARA LA MUJER

*Una especialidad con Doble objetivo:*

- *Responder a una demanda social en términos de protección ante la violencia y*
- *Buscar una especialización y mejor conocimiento en sistemas de Prevención y apoyo ante la Violencia de género.*

*Y dos líneas de programa:*

- 1.- *Una especialidad general de D.P.M.*
- 2.- *Cuatro programas específicos de ayuda ante la V.G.: Prevención de VG. y V.G. ya instalada*

**FORMACIÓN: Título de ESPECIALISTA en D.P.M.**



# LA HERRAMIENTA PERFECTA

## ¡¡ SÉ CINTURÓN NEGRO!!

### ¡¡ PRACTICA D.P. !!

*¿Miedos, inseguridad física o psíquica,  
necesidad de proteger a terceros...? :*

Nuestra DEFENSA PERSONAL te ofrece:

- Una FORMACIÓN Y CONOCIMIENTOS, que proporcionan un SABER QUÉ HACER Y CÓMO HACERLO, ante no importa qué situación.
- UN DESARROLLO TÉCNICO Y MENTAL que capacita y refuerza en la toma de decisiones y permite tanto prever como evaluar, anticiparse y, o enfrentarse a situaciones que puedan afectar a la integridad física propia o ajena.
- Una correcta aplicación de los fundamentos de nuestra D.P.: OPORTUNIDAD, PROPORCIONALIDAD, CONGRUENCIA, MENOR LESIVIDAD POSIBLE y CONOCIMIENTO LEGAL.
- LA UTILIZACIÓN DE HABILIDADES Y RECURSOS FÍSICOS SIMPLES, ÚTILES Y PRÁCTICOS

**¡¡ ESPECIALÍZATE y FORMA A OTROS!!**

## REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE JUDO Y DEPORTES ASOCIADOS - RFEJYDA

### LA MEJOR FEDERACIÓN

- Larga e inmejorable trayectoria en la formación de Profesores en distintas disciplinas marciales, todas ellas relacionadas con la Defensa Personal.
- La federación que justificó, avaló y patentó el nombre de DEFENSA PERSONAL ante el C.S.D. consiguiendo respaldo y titulación.
- La Federación deportiva de Artes Marciales con mayor prestigio en España y con mayor número de afiliados.
- LA FEDERACIÓN CREADORA DEL MEJOR, MÁS FORMATIVO, MÁS COMPLETO, Y MAS PROGRESIVO SISTEMA Y PROGRAMA DE DEFENSA PERSONAL EN ESPAÑA



Real Federación Española de Judo y Deportes Asociados  
c/ Ferraz, 16, 7º Izda.- 28008 MADRID – Tél.-91 541 15 36  
- 91 559 48 76 -- [info@rfejudo.com](mailto:info@rfejudo.com) - [www.rfejudo.com](http://www.rfejudo.com)

Federación autonómica:

Club:

# DEFENSA PERSONAL

## Y SUS ESPECIALIDADES

**R.F.E.J.Y.D.A.**

