

Cos'è il corso SICURAMENTEDONNA©

Il corso è nato diverse sinergia tra esperti e specialisti della sicurezza professionale, istruttori di Forze di Polizia e Maestri di Arti Marziali, tutti con esperienze trentennale nell'ambito della difesa personale e tecniche di antiaggressione.

L'esperienza è sinonimo di qualità

Il corso SICURAMENTEDONNA© non è il classico corso di autodifesa mutuato da alcune tecniche di Arti Marziali tradizionali: il nostro metodo è una sintesi di informazioni, esperienze e dati pratici che scaturiscono da molti anni di studio, osservazione e pratica diretta sul campo, anche in situazioni di alto rischio.

Il lungo lavoro formativo sviluppato in ambito della sicurezza ha fatto nascere un metodo semplice, intuitivo e adatto a tutti, in particolare alle donne che per la loro struttura fisica sono quelle più a rischio di aggressione.

Il sistema che insegniamo è frutto di un lungo percorso esperienziale fatto di continui miglioramenti e aggiustamenti, varianti che vengono costantemente aggiornate e inserite nelle routine d'addestramento: tali routine si modificano in base ai casi di aggressioni reali che sempre più spesso accadono nel nostro paese.



SICURAMENTEDONNA©

Chosen for your safety

SICURAMENTEDONNA©

REGISTERED TRADEMARK

Telefono: _____

E-MAIL _____

www.accademiakravmagaksda.it

CORSO DI FORMAZIONE PERSONALIZZATO E
MODULARE DI DIFESA DONNA



La struttura del corso

Di norma il corso viene strutturato in 6/8 incontri/lezioni, due saranno di carattere teorico pratico basati sulla psicologia e sulle leggi vigenti nel nostro Paese e 4/6 incontri pratici.

Un formatore appartenente alle Forze di Polizia, spiegherà con esempi pratici il codice penale, prendendo spunti di casi realmente accaduti, chiarendo cosa e come comportarsi in determinate circostanze.

La Psicologa interverrà sulle cause/effetto dello stress-combat, proporrà degli esercizi mirati di stress test inoculation: un metodo molto utilizzato in ambito law enforcement, tale metodologia offre alle discenti le qualità necessarie per conoscersi anche in situazioni di pericolo.

Diversi livelli

Il corso è stato strutturato e diviso su 3 livelli d'apprendimento, il sistema può essere appreso singolarmente, inoltre, essendo modulare può essere sempre integrato con altri livelli d'approfondimento.

Realtà

I tre livelli si articolano su **3 moduli** di base:

nel **modulo 1** si sviluppano le tecniche istintive di base, si apprendono i principi psicologici della reazione alla difesa personale e alcune tecniche di mental survival.

Nel **modulo 2** le allieve imparano a gestire la distanza vitale, assumono la giusta prossemica che aiuta a scongiurare eventuali aggressioni, studiano tecniche di difesa in ambiente ristretto e in posizioni di scarso equilibrio fisico.

Terzo Livello, quello più realistico!

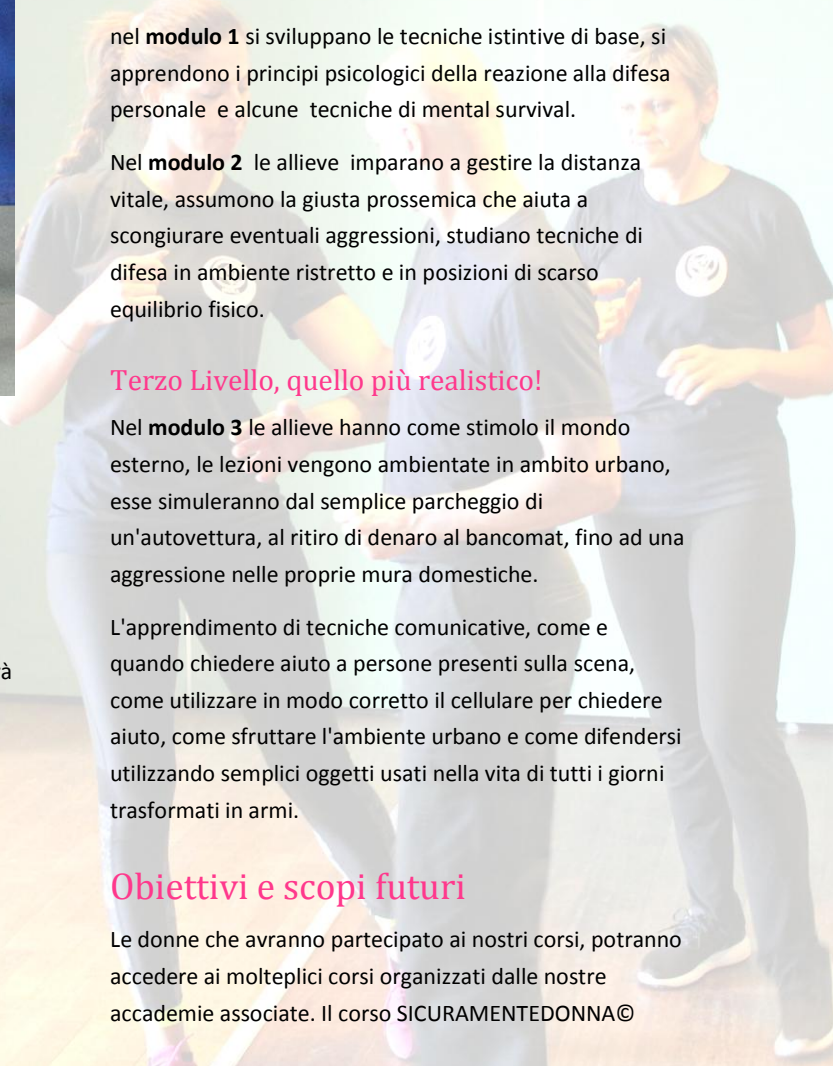
Nel **modulo 3** le allieve hanno come stimolo il mondo esterno, le lezioni vengono ambientate in ambito urbano, esse simuleranno dal semplice parcheggio di un'autovettura, al ritiro di denaro al bancomat, fino ad una aggressione nelle proprie mura domestiche.

L'apprendimento di tecniche comunicative, come e quando chiedere aiuto a persone presenti sulla scena, come utilizzare in modo corretto il cellulare per chiedere aiuto, come sfruttare l'ambiente urbano e come difendersi utilizzando semplici oggetti usati nella vita di tutti i giorni trasformati in armi.

Obiettivi e scopi futuri

Le donne che avranno partecipato ai nostri corsi, potranno accedere ai molteplici corsi organizzati dalle nostre accademie associate. Il corso SICURAMENTEDONNA©

offre le basi fondamentali per accedere ai numerosi corsi di formazione e specializzazione che la nostra accademia, di concerto con le altre accademie associate, offrono su tutto il territorio nazionale.



Le istituzioni locali

Le Istituzioni Locali possono offrire, con costi contenuti, un corso d'attualità e, soprattutto, di grande utilità per le proprie concittadine.

Nel corso degli anni, le Amministrazioni Locali che hanno avuto la sensibilità di offrire questo corso alle proprie cittadine hanno riscontrato molti consensi positivi.



Chi siamo?

La nostra accademia è una scuola di formazione professionale riconosciuta e accreditata da molte amministrazioni locali e regionali.

Da tantissimi anni la nostra scuola organizza corsi di difesa, perfezionamento e addestramento per Polizie Locali, Agenzie di sicurezza e Istituti di Guardie Particolari Giurate.



ASD SECURITY FORCE ACADEMY

via Badazzole,31 -25018- Montichiari-BS-

www.accademiakravmagaksda.it