



FEDERACIÓN MADRILEÑA DE LUCHA



CIRCULAR Nº 16 DE 2018

NORMATIVA 2018

AUTOPROTECCION PARA LA MUJER

La Autoprotección para la Mujer es una actividad técnico/deportiva se dispondrá para su realización de un documento de afiliación deportiva (D.A.D) con seguro deportivo-NO ES LICENCIA FEDERATIVA.

Este programa está basado en medidas de autoprotección para ayudar a la mujer ante situaciones de crisis en su vida diaria.

El programa de autoprotección está dividido por bloques y tiene la posibilidad de la obtención de una titulación federativa.

Esta modalidad va dirigida únicamente a mujeres, aunque pueden impartirla hombres y mujeres, debidamente titulados y colegiados.

Estas jornadas tienen un coste de 10 € por jornada, en los que se incluye:

PROGRAMACION DE AUTOPROTECCION PARA LA MUJER 2018

1. Jornada de Iniciación Temática de cada uno de los bloques

- a. Duración - 2 a 3 horas
- b. Objetivos - según bloque temáticos
- c. Entrega - **DAD y Carné Auto Protección**

2. Jornada de Desarrollo de Bases Técnicas I

- a. Duración - 2 a 3 horas
- b. Entrega - **Cinturón Amarillo de Autoprotección para la Mujer (carné y etiqueta)**

3. Jornada de Desarrollo de Bases Técnicas II

- a. Duración - 2 a 3 horas
- b. Entrega - **Camiseta de la especialidad**

4. Jornada de Desarrollo de Bases Técnicas III

- a. Duración - 2 a 3 horas
- b. Entrega - **Cinturón Naranja de Autoprotección para la Mujer (etiqueta)**



5. Jornada de Tecnificación I

- a. Duración – 2 a 3 horas
- b. Entrega - **Cinturón Verde de Autoprotección para la Mujer (etiqueta)**

6. Jornada de Tecnificación II

- a. Duración – 2 a 3 horas
- b. Entrega - **Malla o pantalón de la especialidad**

7. Jornada / Seminario de Especialización I

- a. Duración – 3 a 4 horas
- b. Entrega - **Cinturón Azul de Autoprotección para la Mujer (etiqueta)**

8. Jornada / Seminario de Especialización II

- a. Duración – 3 a 4 horas
- b. Entrega - **Chaquetilla roja (kurka) de la especialidad**

9. Seminario / Curso de Especialista I

- a. Duración – 4 - 6 horas
- b. Entrega - **Cinturón Marrón de Autoprotección para la Mujer (etiqueta)**

10. Seminario / Curso de Especialista II

- a. Duración – 4 a 6 horas

11. Curso para Cinturón Negro de Auto Protección para la Mujer

- a. Duración – 4 a 6 horas
- b. Entrega - **Diploma de Cinturón Negro de Autoprotección para la Mujer**

12. A través de la realización de cursos podrá acceder a Cinturón Negro 1º Dan de Defensa Personal Femenina (a criterio y tras la valoración del Entrenador que imparta los mismos)

Una vez realizadas estas jornadas la alumna podrá seguir formándose, si lo desea, en Defensa Personal Femenina:

- Tramitando DAD en cada curso
- O tramitando su licencia anual federativa en Defensa Personal Femenina

Atentamente,

Ángel Luis Giménez Bravo – Presidente FML