



Federación Madrileña de Lucha

90 ANIVERSARIO FML

(1932- 2022)



CIRCULAR N° 32 DE 2022

SABADO – 12 MARZO

CONGRESO EXTRAORDINARIO ESPECIAL AUTOPROTECCION PARA LA MUJER

EN ESTE CURSO SE PODRÁN OBTENER ESTOS DIPLOMAS
ESPECIALES CONGRESO 90° ANIVERSARIO

DIPLOMA DE TÉCNICO-PROFESIONAL PARA LA IGUALDAD EFECTIVA DE
GENERO

DIPLOMA DE ESPECIALIZACIÓN PROFESIONAL EN PREVENCIÓN DE LA
VIOLENCIA DE GÉNERO Y MALOS TRATOS A MUJERES

ADEMÁS DE:

CINTURÓN NEGRO 1º DAN DE AUTOPROTECCION PARA LA MUJER

SUBIR DE GRADO DAN EN A.P.M.

MONITOR NACIONAL NIVEL I DE A.P.M.

MONITOR Y CN 1º DAN DE A.P.M.

1 - LUGAR DE CELEBRACIÓN

- [Polideportivo del Complejo Ciudad Escolar - Ctra. de Colmenar Viejo Km. 12,800 de Madrid](#)

2 - HORARIO Y CRONOGRAMA

- 9:00 a 10:00 h – Medidas de Autoprotección
- 10:00 a 11:15 h –
 - Calentamiento / Golpeos
 - Desplazamientos ante agresiones básicas



**ESTAMOS
PREPARADOS**
CERTIFICADO DE COMPROMISO CONTRA EL COVID-19





Federación Madrileña de Lucha

90 ANIVERSARIO FML

(1932- 2022)



- Posiciones defensivas no invasivas (para evitar la agresión)
- Luxaciones Básicas con medios de fortuna.
- 11:15 a 11:30 h - Descanso
- 11:30 a 13:45 h –
 - Agresiones mediante agarres
 - Agresiones con atemi de puño
 - Resolución ante agresiones con cuchillo
- 13:45 a 14:00 h – Clausura del curso

3 - OBJETIVOS

1. Conocer medidas de seguridad en el domicilio.
2. Conocer medidas de seguridad a la salida del domicilio.
3. Conocer medidas de seguridad en el automóvil.
4. Conocer medidas de seguridad en los paseos por la calle.
5. Conocer la defensa personal como medio de autoprotección.
6. Conocer distintos medios de fortuna para la seguridad fuera del domicilio.

4 - COLEGIO PROFESIONAL DE ENTRENADORES DE LA FML

- Los Entrenadores Nacionales Nivel III y Maestros de DP Fem que han realizado el curso anual de Actualización para Entrenadores celebrado el 29 de enero de 2022, tendrán la asistencia gratuita a este curso, debiendo realizar la inscripción dentro de los plazos establecidos.
- Los Entrenadores Nacionales Nivel II que han realizado el curso de actualización abonarán el 50% de la cuota de asistencia a este curso.

5 - ACCESO A DIPLOMAS

- Los C.N. FML o de algún arte marcial oficialmente reconocida podrán obtener CN 1º Dan de A.P.M.
- Los CN de A.P.M. podrán subir de categoría Dan.
- Los Monitores/Entrenadores FML o de algún arte marcial oficialmente reconocida podrán obtener Monitor Nacional Nivel I A.P.M.

Además se podrán obtener los diplomas de:

- Técnico-Profesional para la Igualdad Efectiva de Genero
- Especialización Profesional en prevención de la violencia de género y malos tratos a mujeres.



Avda. Salas de los Infantes 1, 1º - 28034 Madrid

www.fmlucha.es - Twiter @fmlucha - Facebook - Instagram



Federación Madrileña de Lucha

90 ANIVERSARIO FML

(1932- 2022)



6 - VESTIMENTA Y MATERIAL

- Pantalón de chándal o blanco de artes marciales y kurka o chaquetilla roja. Se dejarán ventanas y puertas abiertas, para lo cual, se permitirá llevar camiseta térmica debajo de la kurka. También se puede asistir con ropa deportiva.
- Bota de lucha o similar.

Material de seguridad Covid:

- Mascarilla. Aconsejable FFP2
- Una toalla y bolsa para dejar el material y la ropa usada.

Material:

- Indumentaria deportiva
- Guantillas
- Palo
- Paraguas
- Cuchillo simulado
- Medios de fortuna: bolígrafo

7 - CUOTAS

- Asistencia a curso 30 €
- Cinturón Negro 1º Dan APM. + carné + pin..... 100 €
- Cinturón Negro 2º Dan APM + carné + pin..... 110 €
- Cinturón Negro 3º Dan de APM + carné + pin 120 €
- Cinturón Negro 1º Dan + Monitor Nacional Nivel I 300 €
- Licencia federativa 60 €
- Licencia con Colegiación y Seguro de Res. Civil..... 90 €

* Es requisito indispensable tener la licencia o colegiación 2022

Diplomas Especiales 90º Aniversario FML (2 diplomas 80 €)

- Técnico-Profesional para la Igualdad Efectiva de Género..... 50 €
- Especialización Profesional en prevención de la violencia de género y malos tratos a mujeres..... 50 €

8 - INSCRIPCIONES

- En la Federación Madrileña de Lucha, Avda Salas de los Infantes 1ª planta (Madrid)
- En el teléfono 91 364 63 04
- En el correo mar@fmlucha.es
- El número máximo será de 50 cursillistas, siguiendo riguroso orden de inscripción.



Avda. Salas de los Infantes 1, 1º - 28034 Madrid

www.fmlucha.es - Twiter @fmlucha - Facebook - Instagram



Federación Madrileña de Lucha

90 ANIVERSARIO FML

(1932- 2022)



9 - NORMAS ESPECIALES

- TODOS LOS PARTICIPANTES DEBERÁN PRESENTAR PASAPORTE COVID O PCR NEGATIVA REALIZADA 48 HORAS ANTES DE LA REALIZACIÓN DEL CURSO
- NO SE PERMITIRÁ LA ENTRADA DE ESPECTADORES – NORMATIVA CESF
- A la entrada (Principal del Polideportivo, nadie podrá entrar por la puerta del Pabellón) se tomará la temperatura, desinfectarán las zapatillas y utilizarán gel hidroalcohólico para manos.
- Se asignará un espacio para bolsas y material.
- Tendrán asignado un espacio en la Grada para dar, al inicio, las explicaciones sobre “Protocolos para minimizar riesgos en la docencia”.
- Todos los asistentes al curso, llevarán en todo momento la mascarilla puesta.
- Antes de entrar al tapiz se deberán desinfectar las botas de lucha.
- Se deberán desinfectar las manos a la entrada y salida del tapiz.
- Se deberán desinfectar el material a la entrada y salida del tapiz.
- Durante el curso, la entrada y salida del tapiz, será con autorización del profesorado.
- Se mantendrán las mismas parejas y Trinomios, así como la ubicación durante todo el Curso.

10 - COMIDA

- La Cafetería de Ciudad Escolar reservará un comedor en exclusiva para los asistentes a este Congreso, por lo que deberán confirmar con la Inscripción si desean que se reserve comida (no se permitirá inscribirse o comer in situ).

PROTOCOLO INSTALACIÓN DEPORTIVA

- En caso de duda, se debe tener en cuenta el Protocolo de uso de Instalaciones Deportivas del Complejo Educativo, que podéis visualizar a través de este código QR.

NOTA: No está permitido ningún tipo de grabación durante el curso.

Saludos,

Ángel Luis GIMÉNEZ
Presidente FML



CALENDARIO DE ACTIVIDADES 2022

