

TALLER INTENSIVO DE DEFENSA

Basado en el sistema de Wing Chun Kuen Kung Fu

El método intensivo de defensa personal, es un método dinámico, diseñado especialmente para mujeres o para personas que no tienen experiencia en arte marcial y que son de complexión delgada, ya que no se utiliza fuerza física, sino la fuerza del oponente, por tratarse de un estilo suave o interno.



Este eficiente arte de defensa personal fue creado por la famosa monja budista *Ng Mui* hace más de 250 años e instruyó a la celebre *Yim Wing Chun*, una de las mujeres invencibles en pelea en la historia China. Este método de defensa personal es conocido como “El Sistema de las Manos Pegajosas” que popularizara Bruce Lee.



OBJETIVOS

- ☉ Aprender la psicología del agresor.
- ☉ Programar las actitudes que uno debe de tomar cuando es amenazado.
- ☉ Liberarse del miedo.
- ☉ Adquirir seguridad en si mismo.
- ☉ Desarrollar la capacidad de salir ileso en situaciones de peligro.

TEMARIO

- ☯ Los 5 elementos básicos de la defensa personal Wing Chun.
- ☯ Tan Tien Chi Kung, el Fundamento de la Fuerza Interna.
- ☯ La psicología del agresor.
- ☯ La psicología del guerrero.
- ☯ El estado de alerta o atención vigilante.
- ☯ Técnicas para modificar el perfil psicofisiológico en situaciones de peligro latente e inminente.

DIRIGIDO A

- ☯ Toda persona interesada en aprender este eficiente sistema de defensa personal, sin importar su edad o género.

Se imparten talleres especiales para niños (8 a 16 años) y para adultos de 17 en adelante.

“Es mala la violencia, es muy mala la guerra, pero es peor aún, no saberse defender”

Máximas del Monasterio Shaolín (Siu Lam)