

RETO 21 DÍAS APRENDIENDO AUTOPROTECCIÓN Y DEFENSA PERSONAL

Es un curso de 21 días en el que aprenderás recursos prácticos, fáciles y sencillos de autoprotección y defensa personal empezando desde "cero".

Este reto es apto para ti solo si tienes disciplina, sabes seguir instrucciones, dispones de 20 o 30 minutos al día para tu entrenamiento y tienes excelente actitud y predisposición para aprender pues deberás realizar algunas tareas muy sencillas.

Es un curso apto para cualquier persona sin importar su estado físico, contextura, etc.

No requieres experiencia en artes marciales o defensa personal, si la tienes este reto complementará tus conocimientos dándote ventaja sobre otros conocedores.

Apto para principiantes y avanzados pues los conceptos básicos que se exponen en esta capacitación muy difícilmente son abordados por otros instructores de defensa personal.



¿Funcionan realmente las artes marciales en una agresión callejera?

Qué es y cómo funciona la defensa personal

Cómo detectar a un agresor con mucho tiempo de anticipación

Cómo evitar terminar en la cárcel por no saber defenderte apropiadamente

Errores frecuentes que cometen las víctimas y son aprovechadas por el delincuente

Consecuencias de no aprender con profesionales

Descubre cómo piensa el delincuente

Conoce cómo funciona el miedo

Beneficios físicos

Mejoras fuerza, coordinación y equilibrio.

Aumentas tu agilidad y velocidad de reacción.

Mejoras resistencia y condición física.

Aprendes a moverte y mantener una postura estable.

Desarrollas mayor control corporal.

Beneficios mentales

Aumenta la confianza en ti mismo.

Aprendes a mantener la calma bajo presión.

Mejoras tu capacidad para tomar decisiones rápidamente.

Desarrollas disciplina y autocontrol.

Disminuye el miedo ante situaciones desconocidas porque sabes cómo reaccionar.

Beneficios de seguridad

Uno de los mayores aportes es aprender a evitar el enfrentamiento antes de que ocurra:

Detectar → prevenir → poner límites → reaccionar → escapar.

Carlos Proaño

7 Año Hotmarter

Instructor experto de Krav Maga (Defensa personal israelí)

Primer y único instructor ecuatoriano de Krav Maga certificado por la Federación Israelí de Artes Marciales y Defensa Personal F.I.M.A.

Instructor de manejo de cuchillo

Instructor de manejo de armas de fuego letales y no letales

Estratega de autoprotección

Especialista en supervivencia urbana

Creador del sistema de entrenamiento M.A.D.A.

Capacitador en estrategias de autoprotección y defensa personal a civiles, policías, militares y protectores V.I.P., guardias de seguridad, entre otros.

Certificación SETEC-227-CCL-79712

Licenciado en Comunicación Social

Coach avalado por la Academia Europea de Neurociencias, Economía y Humanidades.

Todas las evaluaciones mostradas aquí fueron realizadas por personas reales que compraron y dieron su opinión sobre el curso. Cuando alguien compra un curso a través de Hotmart, recibe una invitación para evaluar el contenido. La calificación en esta página es el resultado de la media de las evaluaciones realizadas por estos compradores, que va de 1 a 5 estrellas.

El Plazo de Garantía es el período que tienes para solicitar el reembolso total del valor pagado por tu compra, en caso de que el producto no sea satisfactorio.

Una vez solicitado, tu reembolso es procesado automáticamente por Hotmart en un plazo de hasta 5 días. Para pagos con boleto bancario, necesitas proporcionar una cuenta bancaria para recibir el dinero. Pasados los 5 días, el monto podrá ser identificado en tu cuenta en hasta 7 días hábiles.

El reembolso en la factura de la tarjeta de crédito varía según el medio de pago y puede ocurrir en la factura actual o en la siguiente.



Recibirás el acceso a Reto 21 días por email. Podrás acceder al contenido o descargarlo a través de tu computadora, teléfono celular, tablet o cualquier otro dispositivo digital adecuado para ello.

También puedes acceder al producto comprado en este pdf:

01 - Inicia haciendo clic en la imagen de abajo

02 - Entrarás a la página de checkout del producto

03 - Completa los datos y acepta



click aquí

