

**SELF-DEFENSE PROFESSIONNELLE**  
(Issue de MIPP/GAVP, MTPI, EMZIFENN, SMA)

**Méthode de self défense**

Réaliste, Efficace et Simple.

Conçue, pour reconsidérer la self-défense professionnelle  
Des femmes & des hommes, au contact du public

- SST
- Cadre Juridique d'Action
- Protection de l'intégrité physique des personnes à maîtriser
- Pouvoir s'adapter à n'importe quelle situation périlleuse
- De développer une assurance à toute épreuve,
- D'améliorer son potentiel physique, et mental,
- Une gestion optimale du stress afin de lutter efficacement
- Gérer toute forme d'agression de la vie courante
- Dans le respect, & aux conditions de la Légitime défense
- Répondre à l'obligation de porter secours

MIPP/GAVP, MTPI/GCVP,

Etude et Utilisation des Moyens de Forces Intermédiaires (UMFI), du bâton court

Etude de la réaction de défense en milieu restreint

Etude de l'utilisation des objets familiers en action de défense, utilisation du stick pockett

Travail sur les agressions caractérisées du quotidien.

Travail sur les menaces & attaques à l'arme blanche, batte base-ball, bâton etc...

Mises en situations pour la défense personnelle ou d'autrui (avec et sans armes)