



NUEVO EVENTO TEMÁTICO

TALLER
de
DEFENSA PERSONAL
FEMENINA

14/02/26

@ebazahareventos

2 horas para cambiar tu confianza

¿Miedo a no saber defenderte o escaparte de una situación de riesgo?

En este taller aprenderás a..

- ✓ Cómo detectar situaciones de riesgo antes de que ocurran
 - ✓ Técnicas reales de escape ante agarres comunes
- ✓ Cómo reaccionar si alguien invade tu espacio o te intimida
 - ✓ Qué hacer y qué NO hacer en una situación de peligro
- ✓ Cómo ganar confianza sin necesidad de fuerza ni experiencia previa

No necesitas ser experta ni deportista. Sólo ganas de aprender. Saldrás con herramientas reales para identificar riesgos y actuar con decisión.

Es el tiempo justo para ganar la seguridad que necesitas.





Gaizka Díaz

Será el encargado de guiarte en este taller.

Con más de 25 años de experiencia en defensa personal, creó la academia Uno2Uno con una idea muy clara: enseñar a defenderse sin miedo, sin presión y en un ambiente cercano y positivo.

Su forma de enseñar es práctica, realista y adaptada a cualquier mujer, sin importar la edad o la condición física.





¿Te apetece probar?

Escribe la palabra
QUIERO
y te envío información
detallada



Elena Beltrán
Azahar Eventos Temáticos

+34 617 411 667

hola@ebazahareventos.com

TALLER de DEFENSA FEMENINA

SÁBADO 14 DE FEBRERO- De 10h00 a 12h30

Academia de defensa UNO2UNO- Castellón

La jornada se realizará en la academia Uno2Uno dentro de un entorno cómodo, agradable y rodeado de un ambiente positivo y cercano. El taller está enfocado a mujeres que quieran aprender las técnicas básicas de autodefensa y deseen saber responder a situaciones de riesgo. Técnicas de defensa y escape en dos horas de taller intensivo, práctico y directo.

Programa del taller

- ◆ Primera parte: prevención, actitud y primeros recursos prácticos
 - ◆ Descanso
- ◆ Segunda parte: técnicas de escape y situaciones reales

No se trata de pelear.

Se trata de saber reaccionar, ganar seguridad y volver a casa tranquila.

Precio del taller: 30€/pp. Pago anticipado por Bizum 617 411 667. Política de cancelación: cancelación gratuita hasta 48h antes del evento. Posterior a esta fecha los gastos serán del 100% salvo causa mayor justificada. Último día de inscripción y pago 12/02/26.

Organización
Inscripción y reservas



Elena Beltrán
Azahar Eventos Temáticos
+34 617 411 667
hola@ebazahareventos.com

Academia



GENERALITAT
VALENCIANA

LABORA
Servei Valencià d'Ocupació i Formació