

**29 FEBR  
Ó  
14 MARZO**

**FORMACIÓN**



**GRATUITO  
&  
PREFERENTE  
AFILIAD@S**

# **JIU-JITSU POLICIAL**

**INSCRIPCIONES: SECRETARIAFORMACION@CSLARAGON.ES**

# **EJERCICIOS DEL CURSO:**

- **La observación. Guardias y desplazamientos.**
- **Esquivas y bloqueos.**
- **Presiones y golpesos**
- **Actuación sobre articulaciones.**
- **Formas de derribar.**
- **Reducciones y conducciones.**
- **Trabajo en suelo (caídas, guardias, desplazamientos, formas de control)**

**IMPARTIDO POR  
D. CARLOS ALBA ALONSO**  
• Maestro Nacional de JIU JITSU  
(RFEJYDA), 7º Dan. Acreditado por el  
Ministerio del Interior para impartir  
formación en Defensa Personal.

**FORMACIÓN**



**FECHAS:** 29 FEBRERO 2024

ó

14 MARZO 2024

**HORARIO:** 09:30 a 14:30 h.

**LUGAR:** GIMNASIO FLOW ROLLING.

Calle Aneto 4, Cuarte de Huerva,

Zaragoza



## INSCRIPCIÓN:

Correo a: [secretariaformacion@cslaragon.es](mailto:secretariaformacion@cslaragon.es)  
adjuntando: **Nombre completo, AR, Unidad de Destino, afiliación, teléfono de contacto y día elegido**

