



Especialista en
Prevención y Defensa Personal Integral para Mujeres
Curso 2026

Introducción

"La violencia de género es un grave problema que incumbe a toda la sociedad y que se puede y se debe combatir promoviendo, desde todos los ámbitos posibles, una educación basada en la convivencia, la igualdad, el respeto y la tolerancia. Ojalá llegue el día en el que la mujer no tenga que aprender a defenderse para evitar se acosada, agredida o privada de su libertad y de sus derechos por el mero hecho de ser mujer."

Manuel Montero Kiesow

La Organización Nacional para la Defensa Personal de la Mujer tiene como fin fundacional la promoción, la práctica y la contribución a la protección integral de la mujer, así como el desarrollo y la difusión de la defensa personal de ésta en todos sus aspectos: físico, psicológico y emocional, incluyendo la defensa de los valores humanos, personales, sociales y profesionales tanto en el ámbito nacional como internacional. Por todo ello, hemos desarrollado un programa de trabajo muy concreto para formar especialistas en la prevención y la defensa personal integral de la mujer.

Los cursos son impartidos por un profesorado altamente cualificado y titulado por esta organización.

Objetivos

El objetivo fundamental de este curso de especialista es dotar a profesionales de diferentes áreas relacionadas con la mujer de una serie de herramientas que les permita formar a mujeres para que puedan afrontar una agresión de la manera más favorable posible. Todo ello a través de un conjunto de acciones y mecanismos especialmente diseñados para la mujer atendiendo a sus capacidades físicas y psicológicas.

Metodología

Estamos ante un curso semipresencial que constará de 8 bloques que se irán abriendo uno cada semana en el portal web del curso. Cada bloque contendrá los temas del curso y además un material complementario con documentación relativa a los temas abarcados y/o algún video que haga referencia a los mismos. Al final de los 8 bloques se realizará un examen de 30 preguntas que serán exclusivamente de lo tratado en los temas del curso y en el que no entrarán los contenidos expuestos en el material complementario.

Se realizará una parte online presencial cuyo contenido será la gestión y realización de talleres específicos para mujeres y además se podrá asistir presencialmente a un taller para ayudar in situ en su realización y ver el proceso completo.

Se hará entrega del diploma de Especialista en prevención y defensa personal integral para mujeres expedido por la Organización Nacional para la Defensa Personal de la Mujer



Duración

La duración del curso será de 2 meses para la parte no presencial (online) y la parte presencial se realizará en cualquiera de las fechas fijadas para la misma. La distribución se realizará de la siguiente manera:

8 semanas la parte teórica que se realizará a distancia (online)

3 horas la parte teórica a distancia (online presencial)

4 horas la parte práctica que se realizará de forma presencial (voluntaria)

Precio

240 €* que incluye el curso, material didáctico, diploma y clase práctica

* Precio exclusivamente para la obtención de la titulación de Especialista, en la siguiente hoja encontrará los diferentes precios en función de la titulación que desee obtener.

Opciones de titulación

OPCIÓN 1

DIPLOMA DE ESPECIALISTA

Duración curso: 8 semanas a distancia + 3 horas online presencial + 4 horas presencial

Requisitos: ser mayor de 16 años

Obtengo: Diploma de Especialista en prevención y defensa personal integral para mujeres por la Organización Nacional para la Defensa Personal de la Mujer

Precio: 240 €

OPCIÓN 2

DIPLOMA DE ESPECIALISTA + GRADO (CINTURÓN) EN DEFENSA PERSONAL FEMENINA

Duración curso: 8 semanas a distancia + 3 horas online presencial + 4 horas presencial

Requisitos: ser mayor de 16 años. Cumplir con los requisitos oficiales para la obtención de grados de la Federación Madrileña de Lucha (Preguntar)

Obtengo: Diploma de Especialista en prevención y defensa personal integral para mujeres por la Organización Nacional para la Defensa Personal de la Mujer
Diploma de grado (cinturones verde, azul o marrón y primer dan de DPF) por la Federación Madrileña y Española de Lucha

Precio: 260 € + Tasas oficiales de la Federación (Licencia, Tasas examen) (Preguntar)

OPCIÓN 3

GRADO (CINTURÓN) EN DEFENSA PERSONAL FEMENINA

Duración curso: 4 horas presencial

Requisitos: ser mayor de 16 años. Cumplir con los requisitos oficiales para la obtención de grados de la Federación Madrileña de Lucha (Preguntar)

Obtengo: Diploma de grado (cinturones verde, azul o marrón y primer dan de DPF) por la Federación Madrileña y Española de Lucha

Precio: 60 € + Tasas oficiales de la Federación (Licencia, Tasas examen) (Preguntar)

Para cualquier duda sobre las tasas, información y acceso puedes escribir o llamar por teléfono y te resolvemos todas las cuestiones

Profesorado

Manuel Montero Kiesow

Maestro Defensa Personal de la Mujer O.N.D.P.M

Maestro Defensa Personal Femenina F.M.L C.S.D

Técnico en Intervención en víctimas de Violencia de Género. Universidad Rey Juan Carlos

Especialista en Prevención y Defensa Personal Integral para Mujeres

Maestro Goshindo Taikijutsu Ryu A.E.G.T.R

Maestro Defensa Policial y Seguridad O.N.D.P.S

Maestro Defensa Personal Policial F.M.L C.S.D

Entrenador Internacional Profesional Defensa Personal Policial y Sambo F.I.A.S-E.S.F

Entrenador Nacional Karate Defensa Personal F.M.K C.S.D

Técnico Superior Defensa Personal de Seguridad F.M.K C.S.D

Experto Nacional Defensa Personal (Goshin) R.F.E.K C.S.D

Entrenador Especialista en Formación de Escoltas F.M.L C.S.D

Director de Seguridad. Ministerio del Interior. Dirección General de la Policía

Escolta Privado. Ministerio del Interior. Dirección General de la Policía

Profesor Defensa Personal. Acreditación Dirección General Policía y Guardia Civil

Profesor Armamento y Tiro. Acreditación Dirección General Policía y Guardia Civil

Profesor Preparación Física. Acreditación Dirección General Policía y Guardia Civil

Instructor de Tiro. Ministerio del Interior. Dirección General de la Guardia Civil

Perito Judicial en Artes Marciales y Defensa Personal Nº 609 APCE

Diploma Avanzado Defensa Verbal & Persuasión. Defensa Verbal Institute

Coach Personal. Universidad Rey Juan Carlos

Titulación en Coaching y Mentoring. Universidad Nebrija

Título Superior en Mindfulness y Gestión Emocional. Universidad La Salle

Experto en Mindfulness y Bienestar Emocional. AICM

Experto en Criminología y Psicología Criminológica. Instituto Universitario INUPSI

Diploma Excelencia Calidad Formativa Docente. F.E.L – F.M.L

Distintivo Derechos Humanos y Procedimientos Operativos Policiales

Autor del Libro *Manual Práctico de Defensa Personal para Mujeres*. Ediciones Tutor

Autor del libro *Cuando decir NO es el camino*. Ediciones Tutor

Autor del libro *GTR Defensa personal*. Ediciones Tutor

Presidente de la Organización Nacional para la Defensa Personal de la Mujer

Presidente de la Organización Nacional de Defensa Policial y Seguridad

Medalla de Oro al Mérito Deportivo F.M.L C.S.D

Condecoración ENCOMIENDA AL MERITO DEPORTIVO F.M.L C.S.D

Premio 2020 en reconocimiento a la Lucha contra la Violencia de Género.FM.L CSD

COLABORACIONES PROFESIONALES

Artículos sobre Defensa Personal y Defensa Personal Femenina para revistas y periódicos como: ABC, El País, Diario ADN, Estar Bien, Cosmopolitan, Vogue, Woman, MIA, Rincón del Do, Vitamina Sport, TKM (Argentina), El Confidencial, AS, Revista Perfiles, La Vanguardia, Ciudadanos (Argentina), Hoy x hoy (Chile), ...

Intervenciones como Experto en Defensa Personal, Defensa Personal Femenina y Karate en: TVE 1, TVE 2, Antena 3, Tele 5, La Sexta, Cadena CUATRO Televisión, Telemadrid, Cadena COPE, 13 TV, Radio Vallekas, El Confidencial TV, Televisa Internacional, ...



Coach Formación
coachformacion.es
especialista@coachformacion.es

  610 129 113



Organización Nacional para la Defensa Personal de la Mujer
defensapersonaldelamujer.org
info@defensapersonaldelamujer.org