

DICEMBRE 2021 - GENNAIO 2022

# **CORSO POLICE** *riservato agli operatori del settore*

*Tecnici e Docenti Nazionali F.I.D.P. -  
Federazione Nazionale Difesa Personale, con  
l'ausilio di istruttori nazionali F.I.D.P. a  
rotazione*

**LUN 13, LUN 20 DICEMBRE 2021**  
**LUN 24, MER 26 GENNAIO 2022**  
**ORE 14.00-19.00**

Euro 250,00 + IVA se dovuta (In caso di Ente pubblico esente ex Art. 10  
D.P.R. 633/72 come modificato dall'art. 14 L. 537/93)

Per partecipanti allo stesso corso provenienti da uno stesso comando, vi è la  
possibilità di uno sconto pari al 10% per ogni iscrizione successiva alla prima.

# PRESENTAZIONE

Spesso gli agenti si trovano ad affrontare aggressioni e situazioni tanto inaspettate quanto pericolose al fine di tutelare l'incolumità pubblica. Stabilire dei protocolli utili a gestire tali eventi in cui ad essere in gioco è la propria vita, rispettando, sempre e comunque la vita altrui, nel rispetto della legge, è la base. Fondamentale, a tal proposito, è addestrare il tutore dell'ordine a fare il suo lavoro con la maggior sicurezza ed efficacia possibile, accrescendo la sua autostima e la consapevolezza di controllare una situazione particolare in cui è chiamato ad intervenire.

Il **metodo Police** è una particolare specialità rivolta all'addestramento dei corpi di polizia. Esso prevede tattiche e tecniche specifiche atte a garantire la difesa di terze persone (intervento casuale o di scorta), l'apprendimento di tecniche di fermo, perquisizione, bloccaggio e controllo, disarmo, estrazione e protezione arma, ammanettamene e trasporto in sicurezza. Il corso si basa su principi che permettono di apprendere tecniche altamente efficaci in brevi sedute di allenamento. Tutte le tecniche di si basano sulla semplicità. Vengono sfruttati i movimenti naturali del corpo e le reazioni istintive a particolari pericoli che non necessitano di particolare forza fisica. Le tecniche sono eseguite simultaneamente con lo scopo di sorprendere l'avversario. L'addestramento si basa sul realismo e sull'esecuzione delle tecniche, simulando diverse situazione di stress (ad esempio l'attacco di più persone in circostanze avverse come l'oscurità, la limitata libertà di movimento o qualunque posizione di svantaggio). Questo tipo di addestramento include anche e concede uguale importanza a ciò che si può definire la "totalità delle circostanze" (vestiario indossato nel momento dell'azione, equipaggiamento in dotazione, il terreno in cui si potrebbe sviluppare lo scontro).

## PROGRAMMA

### Fase teorica:

- aspetti tecnici della difesa personale;
- gestione del conflitto;
- condizionamento mentale.

### Fase Pratica:

- Riscaldamento;
- Lezioni di addestramento F.I.D.P. – POLICE:

- CADUTE;
- PUGNI;
- TECNICHE A MANO APERTA;
- CALCI;
- TECNICHE DI GOMITO;
- PROIEZIONI E ATTERRAMENTI;
- PRESE E TRASCINAMENTI;
- DIFESA DA CALCI; DIFESA DA MINACCIA E BRANDEGGIO DA COLTELLO; DIFESA DA MINACCIA CON PISTOLA; DIFESA DA ATTACCO CON BASTONE; SVINCOLAMENTI DA DIFESA AI POLSI;
- SVINCOLAMENTO DA STRETTE AL CORPO; DIFESA DA DUE O PIU' AVVERSARI; DIFESA DA TERZE PERSONE; NOZIONI DI LOTTA A TERRA E DIFESA; BLOCCAGGIO E CONTROLLO;
- AMMANETTAMENTO e trasporto IN SICUREZZA

Fase Finale post allenamento (stretching e rilassamento muscolare)

## INFO CORSO

|                                |   |
|--------------------------------|---|
| <b>Data</b>                    | 13 e 20 dicembre 2021 – 24 e 26 gennaio 2022  |
| <b>Durata</b>                  | 4 incontri di 5 h (dalle ore 14.00 alle ore 19.00)  |
| <b>Sede</b>                    | Il corso si svolgerà in presenza presso il Grand Hotel Tiziano, Via Porta d'Europa, 73100 - Lecce (LE)  |
| <b>Docente</b>                 | Tecnici e docenti nazionali F.I.D.P. - Federazione Nazionale Difesa Personale, con l'ausilio di istruttori nazionali F.I.D.P. a rotazione                             |
| <b>Metodologia:</b>            | Lavoro individuale e di gruppo;<br>Uso di attrezzature tecniche (protezioni, guantoni, colpitori, etc.);<br>lezioni teoriche e pratiche.                              |
| <b>Quota di Partecipazione</b> | Euro 250,00 + IVA se dovuta (In caso di Ente pubblico esente ex Art. 10 D.P.R. 633/72 come modificato dall'art. 14 L. 537/93)   |
| <b>La quota comprende</b>      | Partecipazione al corso, slides e attestato federale F.I.D.P.   |
| <b>SCONTISTICA:</b>            | <u>Per partecipanti allo stesso corso provenienti da uno stesso comando, vi è la possibilità di uno sconto pari al 10% per ogni iscrizione successiva alla prima.</u> |

N.B. Il corso di formazione partirà al raggiungimento di almeno 30 iscrizioni