

# CURSO BÁSICO DE DEFESA PESSOAL

**ESMP Juazeiro do Norte**

**Datas:** 09 de agosto de 2019

**Horários:** 8h30 às 16h

**Local:** ESMP Juazeiro do Norte - Rua Catulo da Paixão  
Cearense, 135 - 12º andar, Bairro Triângulo

**Público-Alvo:** Membros, servidores, estagiários e demais  
colaboradores com atuação na área criminal



## CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

### *Manhã - aula teórica*

**08h30** - O que é defesa pessoal?

- Comunicação defensiva
- Contato inevitável: Posição defensiva. Técnicas traumatizantes. Técnicas de controle

### *Tarde - aula prática*

**13h** - Treinamento de movimentos defensivos essenciais

- Como atacar e se defender
- Treinando o emocional

## PALESTRANTE

### *Evandro Nunes Pereira*

Sargento da Polícia Militar, Ex-membro GATE e COTAM, Professor de Defesa pessoal, Campeão cearense de Kung-Fu, Campeão cariense de Kung-fu, campeão pernambucano de Karatê

#### **Contatos para Informações**

**ESMP:** (85) 3452-4521

**Inscrições:** <https://cursos.mpce.mp.br>



**MPCE**  
Ministério Público  
do Estado do Ceará



**ESMP**  
ESCOLA SUPERIOR DO MINISTÉRIO  
PÚBLICO DO ESTADO DO CEARÁ