

Boletines informativos comarcales

ADI El Záncara

Formación

Del 15 al 22 de diciembre de 2025



COMARCA

Mota del Cuervo

TALLER : AUTOPROTECCIÓN Y DEFENSA PERSONAL PARA LA MUJER

Viernes:
19 de diciembre
GIMNASIO **ÉXODO**
C/Fray Luís de León,10
16:00 a 19:00h

Dirigido a Mujeres y adolescentes que quieran sentirse más seguras de sí mismas y adquirir herramientas personales ante posibles situaciones de riesgo.

Identifica posibles situaciones de riesgo.
Cómo realiza la acción el agresor.
Qué tienes que hacer.
Cómo defenderte.
Herramientas de autodefensa Y protección.
Demostración y práctica de técnicas efectivas y rápidas.

!!GRATUÍTO!!
PLAZAS LIMITADAS Y POR ORDEN DE INSCRIPCIÓN
Centro Mujer Mota del Cuervo: 967 180369
centromujer@motadelcuervo.es

IMPARTIDO POR:
PEDRO LAGUIA (Profesor de Taekowndo y especialista en autodefensa personal)
Colabora: FRANCISCO OLIVARES (Oli) y **REBECA OLIVARES** (Graduada en derecho)
Ambos cinturón negro en Taekowndo



Pincha encima para seguirnos en:



Boletines informativos comarcales

ADI El Záncara

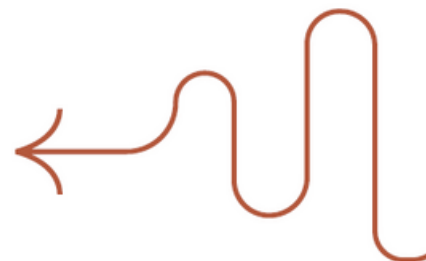
Formación

Del 15 al 22 de diciembre de 2025



COMARCA

Comarca



Taller de Belleza

- spa de manos
- spa de labios
- Cuidado de la piel
- maquillaje de cortesía

- Fechas a acordar por grupos/asociaciones
- Preferiblemente: fines de semana
- **Gratuito**
- **Más info: contacta con 620 612 464**



Pincha encima para seguirnos en:



Boletines informativos comarcales

ADI El Záncara

Formación

Del 15 al 22 de diciembre de 2025



PROXIMIDADES

Villarrobledo

GESTIÓN COMERCIAL Y FINANCIERA DEL TRANSPORTE

POR CARRETERA



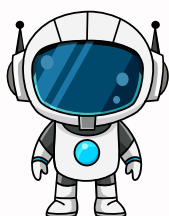
- 670 h - mañanas
- Personas desempleadas con bachiller

Plazo de inscripción: hasta el 14/01/26



[+ info: juventud.villarrobledo.com](http://+info:juventud.villarrobledo.com)

INTELIGENCIA ARTIFICIAL APLICADA A LA INDUSTRIA



- 135 h - mañanas
- Personas desempleadas con E.S.O.

Plazo de inscripción: hasta el 08/01/26



[+ info: juventud.villarrobledo.com](http://+info:juventud.villarrobledo.com)

PROMOCIÓN E INTERVENCIÓN SOCIOEDUCATIVA CON PERSONAS CON DISCAPACIDAD



- 490 h -Mañanas
- Personas desempleadas

Plazo de inscripción: hasta el 02/01/26



[+ info: juventud.villarrobledo.com](http://+info:juventud.villarrobledo.com)



Pincha encima para seguirnos en:

