Instruyendo en defensa personal previendo situaciones de riesgo y vulnerabilidad

Manuel Montero Kiesow, nació en Las Palmas de Gran Canaria y vive en Madrid desde los 4 años. Se dedica a la formación desde hace 30 años, como profesor de artes marciales, defensa personal y además formando a formadores. Cuenta con un equipo de profesionales que han estado instruyéndose con él desde hace muchos años.

Es autor de libros y artículos, coach personal y experto en criminología y psicología criminológica. Además es el director de Dojo Akeru, en Madrid, su propio centro de formación en artes marciales y defensa personal.

Está especializado en múltiples áreas. En defensa personal, área en la que realiza un trabajo desde 1990, cuyo objetivo es enseñar un sistema de autoprotección efectiva, que permita a cualquier persona salvaguardar su integridad física ante un intento de agresión. Es maestro de Goshindo Taikijutsu Ryu y perito judicial en artes marciales y defensa personal entre otras titulaciones atinentes a esta área.

En el área de defensa personal femenina, realiza un trabajo específico para las mujeres desde 1995, siendo uno de los pioneros en este área, y cuyo objetivo es dotarlas de una serie de herramientas, tanto físicas como psicológicas, encaminadas a salvaguardar su integridad física.

Es también técnico en intervención en mujeres víctimas de violencia de género, especialista en prevención y defensa personal integral para mujeres, presidente de la Organización Nacional para la Defensa Personal de la Mujer y autor del libro Manual práctico de defensa personal para mujeres, de Ediciones Tutor.

Defensa personal policial y de seguridad, es el área en la que su objetivo es dotar a las fuerzas y cuerpos de seguridad del estado y seguridad privada de herramientas para desempeñar sus funciones con la máxima seguridad posible. En este terreno, es maestro de defensa policial y seguridad, Director de Seguridad, Escolta Privado e Instructor de Tiro para Seguridad Privada por el Ministerio del Interior y Presidente de la Organización Nacional de Defensa Policial y Seguridad.

Manuel además imparte cursos en el ámbito de la salud, enfocados en la defensa personal para personal sanitario, fundamentalmente en hospitales para la autoprotección de su personal sanitario.

Siempre ha sido un apasionado de la formación llevando casi cuatro décadas ininterrumpidas en el campo de las artes marciales y la defensa personal, dedicado a ayudar a personas, que por su profesión o vulnerabilidad, pudieran requerir de una estrategia de defensa física para afrontar una situación que suponga un peligro para su integridad.

Manuel, ¿qué te animó a abrir Cursos De Defensa Propia Femenina? ¿Cuál creéis es la importancia de estas actividades? ¿A quién van dirigidas?

Nos tenemos que remontar a 1995, cuando la falta de un trabajo específico para mujeres y la demanda que existía de estos talleres es lo que me animó a desarrollar un sistema adaptado a las necesidades y las capacidades psicofísicas de cualquier mujer.

Es necesario distinguir entre los cursos/talleres, con una duración determinada que pueden ser de unas horas o varios días y las clases de formación continua, que se extienden en el tiempo sin una duración determinada. Cuando hablamos de la formación continua, normalmente a través de clases semanales, esta formación debería ser mixta, es decir, donde hombres y mujeres estén entrenando juntos, ya que es muy importante para la mujer, tanto a nivel físico como psicológico, poder entrenar con hombres también.

Por otro lado tenemos los cursos específicos para mujeres, donde únicamente pueden acceder ellas y donde realizamos un trabajo específico con contenidos tanto físicos como psicológicos, especialmente estructurados para la mujer. La importancia de estos cursos radica en que es un primer acercamiento a la defensa personal, en el que la gran mayoría de las mujeres asistentes no han experimentado el contacto en un curso mixto. En definitiva, una introducción a la defensa personal cuya continuación debería ser a través de la formación continua y mixta.

¿Qué herramienta especial prefieres utilizar al dictar los cursos de Defensa propia y por qué?

Como suelo decir en estos cursos específicos, quiero dotar a la mujer de una serie de herramientas, tanto físicas como psicológicas, que le permitan afrontar una agresión de la manera más favorable posible, y que se lo crean. Se trata de ver la cantidad de herramientas que tenemos para afrontar una agresión. De ver todo lo que puedo hacer y que a pesar de enfrentarme a alguien más fuerte, tenemos muchos recursos que podemos utilizar.

No se trata, de que la mujer salga del curso pensando que es capaz de resolver cualquier situación al finalizar el mismo (idea que no es realista), sino que vea que con una formación continua termina obteniendo muchísimas herramientas que va a poder utilizar en caso de sufrir una agresión.

¿Cuál es la metodología de trabajo de estos cursos? ¿De qué manera ayudáis a víctimas de violencia de género a superar el miedo? ¿Cuál es vuestra experiencia profesional en este campo?

La metodología de los cursos combina normalmente una parte de teoría, en la que tratamos los aspectos psicológicos que debemos que tener en cuenta, en especial los que aparecen en una situación potencialmente peligrosa. Asimismo, las medidas de prevención del peligro y varios aspectos importantes en la autoprotección; y una parte, la más amplia, en la que realizamos un trabajo físico reproduciendo diversas formas de defendernos en diferentes situaciones. Dependiendo del tipo de curso, se puede variar el tiempo dedicado a cada parte, ya que por ejemplo cuando imparto cursos en puntos contra la violencia de género, el tiempo dedicado a la parte psicológica es sustancialmente más amplio que en los talleres normales.

Este 2020 cumplo 25 años desarrollando estas experiencias formativas para la mujer, siendo uno de los pioneros en este tipo de cursos y habiendo formado a miles de alumnas asistentes a mis cursos, talleres o seminarios.

¿Cuánto tiempo duran vuestras clases? ¿En dónde se realizan? ¿En qué horario puede asistirse?

Los cursos específicos los realizo por todo el territorio nacional, ya que imparto continuamente cursos para ayuntamientos, colegios, asociaciones y cualquier

organismo que quiera impartir estos talleres. Las clases semanales de formación continua tienen una duración de una hora, normalmente dos días a la semana.

Las clases las imparto en Dojo Akeru C/ Félix López, 13 28025 Madrid y en Dojo Zentrum C/Padre Rubio, 24 28029 Madrid. Toda la información actualizada de clases y cursos están en cualquiera de las siguientes: www.manuelmontero.es y www.defensapersonalfemenina.com

25 años brindando formación continua defensa personal a mujeres

Manuel Montero Kiesow es un gran maestro en artes marciales y defensa personal, que combina sus conocimientos sobre coach personal, criminología y psicología criminológica para ofrecer formación a través de cursos, talleres y seminarios a distintos públicos, siendo una de sus mayores compromisos el de la formación continua en defensa personal a mujeres. Su labor es definitivamente muy valiosa, pues se ha preocupado por la violencia de género, poniendo a disposición de la mujer toda su experticia para que aprenda a utilizar las herramientas que le proporciona la defensa personal y poder utilizarlas en situaciones de riesgo, cuando su seguridad se vea vulnerada por otros, especialmente por hombres. Sus clases contemplan no solo el aprendizaje de técnicas sino de las bases filosóficas y psicológicas que rigen la defensa personal.