

## *Qu'est-ce que la Self Défense Spécifique ?*

La self défense spécifique est spécialement conçue pour les agents des forces de l'ordre, publiques ou privées, de sécurité spécifiques, pompiers ou à d'autres services qui souhaiteraient compléter et perfectionner leur entraînement pour des situations précises sur tous les terrains et ainsi s'adapter aux différents incidents quotidiens à risque que leurs métiers leur imposent.



La DAMA vous propose une véritable formation complémentaire individuel continue sous la forme d'entraînements réguliers et progressifs afin que les pratiquants puissent bénéficier d'un soutien technique mis à jour pour être plus efficace techniquement, tactiquement et psychologiquement sur le terrain.

Nous avons connaissances des difficultés que chaque service peut rencontrer pour avoir des possibilités d'entraînement en commun. Pour résoudre ce problème, nous établissons un planning hebdomadaire adapté à vos besoins en fonction de nos disponibilités, de façon à ce que chaque personne suive un entraînement de deux séances de deux heures par semaine.

Des mises en situations sont effectuées sous enregistrement vidéo une à deux fois par mois et ensuite analysées en groupe après exercice pour que tous les pratiquants puissent analyser et constater leurs propres comportements afin que tout le monde puisse progresser convenablement.

## *Concept d'entraînements*

Au sein de notre concept d'entraînement, vous découvrirez des techniques de Kali Escrima (Arts Martiaux Philippins) concernant le travail avec les armes blanches, le Maphilindo Silat (Arts Martiaux Malaisien, Philippin et Indonésien) et le Jeet Kune Do (Concept de Bruce Lee) dont sont issues des techniques de maîtrise de l'adversaire à mains nues que l'on étudie dans toutes nos disciplines. Ces concepts d'entraînements sont très prisés par les groupes d'intervention Français, comme le RAID, le GIGN et le GIPN ainsi qu'Américain comme le SWAT et les NAVY SEAL'S.

Ces bases de travail d'entraînement sont extraites des différents concepts qui vous sont présentés plus amplement sous la forme de texte historique, de série technique photographique et audiovisuelle, sur notre site Internet [www.damafrance.com](http://www.damafrance.com).



Pour des entraînements spécifiques, les étudiants pratiqueront des techniques avec bâton court ou long, arme blanche tel que sabre ou machette en tout genre, couteaux, batte de base-ball et différentes armes de poches.

Ces entraînements, à mains nues ou à mains armées, permettent d'avoir des connaissances nécessaires pour l'utilisation de toutes ces armes courantes que l'on peut trouver en milieu urbain. Ceci permettra d'anéantir l'appréhension que tout individu peut avoir, face à une arme inconnue.

## *Locaux d'entraînements*

Il est possible que certains établissements aient en leur possession un local d'entraînement, dans ce cas, nous pouvons établir assez rapidement un planning d'entraînement au sein de cette structure.

Pour les établissements qui n'auraient pas de local d'entraînement, nous avons des locaux à disponibilités à Evreux.

### Horaires et lieu

Les horaires d'entraînement, au sein de la structure, sont à définir avec l'établissement. Pour les structures qui souhaiteraient bénéficier de notre local d'entraînement, nous avons une salle située au SPA DETENTE - 36 Rue Faubourg St Léger à Evreux. Les jours et les heures d'entraînements à ce local sont les suivantes : Lundi et Mercredi de 10h00 à 12h00.

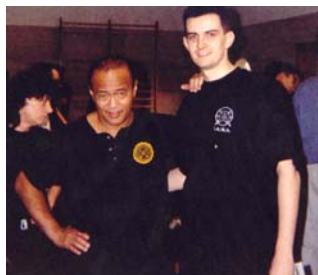
Afin d'accéder plus facilement à notre salle d'entraînement, vous pouvez retrouver le plan d'accès ainsi que des photos des lieux sur notre site Internet à la page contact.

### Tarification

La cotisation annuelle est d'un montant de 300 Euros par personne pour quatre heures d'entraînement par semaine. Le tarif inclut obligatoirement une assurance sportive. Toutefois, en fonction d'un nombre conséquent de personnes, il est possible d'étudier une réduction sur chaque cotisations individuelles.

Pour tous renseignements, contactez-nous au  
**06.111.882.49.**

Faites nous part de vos questions sur notre messagerie :  
**damafrance@tiscali.fr**



**Dan Inosanto et Denis Vazard**



**Bob Breen et Denis Vazard**



## **DENVARD ACADEMY OF MARTIAL ARTS**

Denis VAZARD  
15 Route de Chambray  
27950 Sainte Colombe Près Vernon

Tél. : **06.111.882.49.**  
E-mail : [damafrance@tiscali.fr](mailto:damafrance@tiscali.fr)  
[www.damafrance.com](http://www.damafrance.com)