

## 1. Beside la Disciplina- 1.30 horas (trabajo físico)

Un disciplina de lucha en equipo, creado por instructores de cuerpos de seguridad, con un método moderno de entrenamiento, con ejercicios tácticos usados desde los tiempos griegos, para desarrollar el trabajo colectivo y transformarlo en un bien común e individual. Con una alta carga emocional, que potencian el desarrollo, crecimiento y superación personal. combinado con un trabajo reflexivo y meditativo para que el desarrollo sea completo.



## 2. Conferencias- 2-2.30 horas (teórico)

### 2.1. Héroes comunes

¿Conoces algún héroe común? ¿Que crees que los distingue de los demás?  
Conferencia realizada por un entrenador héroes comunes. Analizaremos las características de un héroe, como se hace un héroe y que umbrales debe pasar para seguir siendo una persona poco común. Distinguiremos la diferencia en hacer actos heroicos y ser un héroe.

### 2.2. Contra quien luchas

Cuando realizas un trabajo arriesgado sabe perfectamente contra quien luchas. una conferencia que tiene el fin de que te descubras, te conozcas más, para poder ofrecer tu real potencial a los demás.



### 2.3. Tus “debilfortalezas”

El título de la conferencia, sugiere la sutil línea fina, que hay entre tus debilidades y tus fortalezas. ¿Sabes que factores pueden influir en que una debilidad se transforme un una fortaleza y viceversa? En esta conferencia con la experiencia del ponente en el campo policial, analizaremos estos factores.

## 2.4. Sé tu esfuerzo perfecto

Para realizarte como persona, necesitamos hacer un esfuerzo perfecto. No servirá de nada hacer un esfuerzo perfecto, sino nos respondemos a las preguntas claves de nuestra vida. Esas respuestas serán el motor para mantener la disciplina y seguir en nuestro empeño de perseguir nuestros sueños.

## 2.5. Donde todo es nada

Conferencia llena de reflexiones, para tomar consciencia para parar y pensar en, como todos podemos caer en la trampa de que todo es mucho y no darnos cuenta, de que nada puede ser todo y que todo puede al final, no ser nada.



## 3. Masterclas- 3 a 5 horas (teórico-práctico)

Las Masterclas tienen la característica de poder realizar un trabajo más completo que en las conferencias. En este caso podremos traspasar las propuestas reflexivas de la parte teórica, a la experiencia física y emocional en la parte práctica.

### 3.1. Entrenando Héroes

Dirigida a todas aquellas personas valientes, dispuestas a superar sus retos personales, en algunos casos puede ser una oposición, en otros puede ser el divorcio o la pérdida de algún ser querido. Reflexionando en la parte teórica sobre el viaje del héroe, y en la parte práctica trabajaremos sobre el arquetipo del Guerrero.



Con esta completa formación, podemos garantizar que los practicantes verán un cambio en su visión de vida.

### 3.2. Obviedades olvidadas

Pensada para todas aquellas personas que no quieren olvidar las cosas realmente importantes de su vida. Nos emocionaremos con las vivencias de personas que no olvidaron lo obvio, que antepusieron a su vida lo importante de lo urgente. Además podremos cerrar el círculo pasado a la acción en la parte práctica que propondremos. La mente reflexionará y el cuerpo sentirá, lo obvio no olvidado.

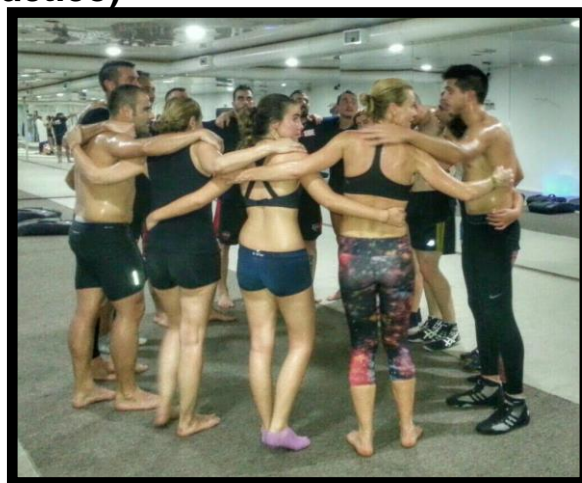
### 3.3. Créate y crearás

Las situaciones nos condicionan pero no nos determinan, con esa premisa sabemos del poder de nuestro interior. Analizaremos cómo el trabajo interno puede influir en las circunstancias y experiencias que vivimos. Confía en tus propios recursos y verás como se manifiesta fuera.

Masterclas, muy completa finalizando con unos ejercicios físicos para desarrollar nuestras cuatro dimensiones y poder obtener conclusiones que nos permitan crecer personalmente.

### 4. Training Day- 5-8 horas horas (teórico-práctico)

Esta propuesta formativa, sigue el mismo patrón que las masterclas, es decir, se realizará una parte teórica y otra práctica. La diferencia con el formato anterior, es que al ser todo un día de formación, nos permite parar y profundizar en aspectos que el alumno quiera saber más.



### 5. Cursos /Campus- 12 a 18 horas (teórico-práctico)

Esta propuesta formativa, sigue el mismo patrón que las masterclas y el training day, es decir, se realizará una parte teórica y otra práctica. Es la propuesta más intensiva y más amplia de contenido debido a que podremos abordar los contenidos de forma continuada durante un periodo determinado. En esta ocasión la propuesta puede ir un poco más allá y romper con la estructura básica teórico-práctica.

En esta propuesta formativa, y si el entorno lo permite, puede tener propuestas únicas e innovadoras que nos permitan experimentar de forma muy profunda con los contenidos planteados en el curso.