

Selbstverteidigung im Sicherheitsdienst – Effiziente Techniken für Ihre Sicherheit im Einsatz

Im Sicherheitsdienst müssen Sie oft schnell und effektiv auf bedrohliche Situationen reagieren. Dieser Kurs vermittelt praxisorientierte Selbstverteidigungstechniken, die speziell auf Ihre Anforderungen zugeschnitten sind. Sie erlernen grundlegende Schlagtechniken, Hebeltechniken und Abführtechniken, um sich in gefährlichen Auseinandersetzungen sicher zu verteidigen. Zusätzlich werden Ihnen wertvolle Konzepte zur Eigensicherung, Deeskalation und Psychologie in Bedrohungssituationen nahegebracht. Das Ziel dieses Kurses ist es, Ihnen nicht nur die richtigen Techniken zu vermitteln, sondern auch das nötige Selbstvertrauen, um Ihre Aufgaben sicher und professionell auszuführen.

Kursinhalte:

- Grundlagen der Selbstverteidigung: Sie erlernen einfache und effektive Verteidigungstechniken, die auch unter Stressbedingungen zuverlässig angewendet werden können.
- Eigensicherung und Deeskalation: Ein wichtiger Schwerpunkt liegt auf der Vermeidung von Konfliktsituationen. Sie lernen, Gefahren frühzeitig zu erkennen und durch Deeskalation zu entschärfen.
- Psychologie in Bedrohungssituationen: Erfahren Sie, wie Sie in stressigen Momenten ruhig bleiben, die Situation kontrollieren und Eskalationen verhindern können.
- Rechtliche Grundlagen: Sie erhalten einen Überblick über die rechtlichen Rahmenbedingungen, insbesondere zum Thema Notwehr und Verhältnismäßigkeit der angewendeten Mittel.
- Körpersprache und Verhaltensmuster: Erkennen Sie aggressive Verhaltensweisen frühzeitig und lernen Sie, wie Sie durch Ihre eigene Körpersprache Risiken minimieren.
- Praktische Verteidigungstechniken: In realitätsnahen Szenarien üben Sie Techniken, die Sie in unterschiedlichen Bedrohungslagen direkt anwenden können.
- Schutz Dritter: Lernen Sie, sich nicht nur selbst, sondern auch andere Personen in Gefahrensituationen effektiv zu schützen.

Kursdauer:

Der Kurs in St. Gallen dauert einen Tag, während der Kurs in Münchwilen nur einen halben Tag umfasst. Beide Kurse kombinieren theoretische Grundlagen mit praktischen Übungen, um Ihre Selbstverteidigungsfähigkeiten zu stärken und Sie optimal auf mögliche Gefahrensituationen vorzubereiten.

Kurspreis:

Der vollständige Kurs kostet 275.00 CHF pro Teilnehmer.

Der Nachmittagsteil ist für 240.00 CHF pro Teilnehmer buchbar.

Prüfung und Abschluss:

Am Ende des Kurses erfolgt eine praktische Prüfung, in der Sie die erlernten Techniken anwenden müssen. Nach bestandener Prüfung erhalten Sie ein Zertifikat, das Ihre Qualifikation in der Selbstverteidigung im Sicherheitsdienst bestätigt.

Kursort:

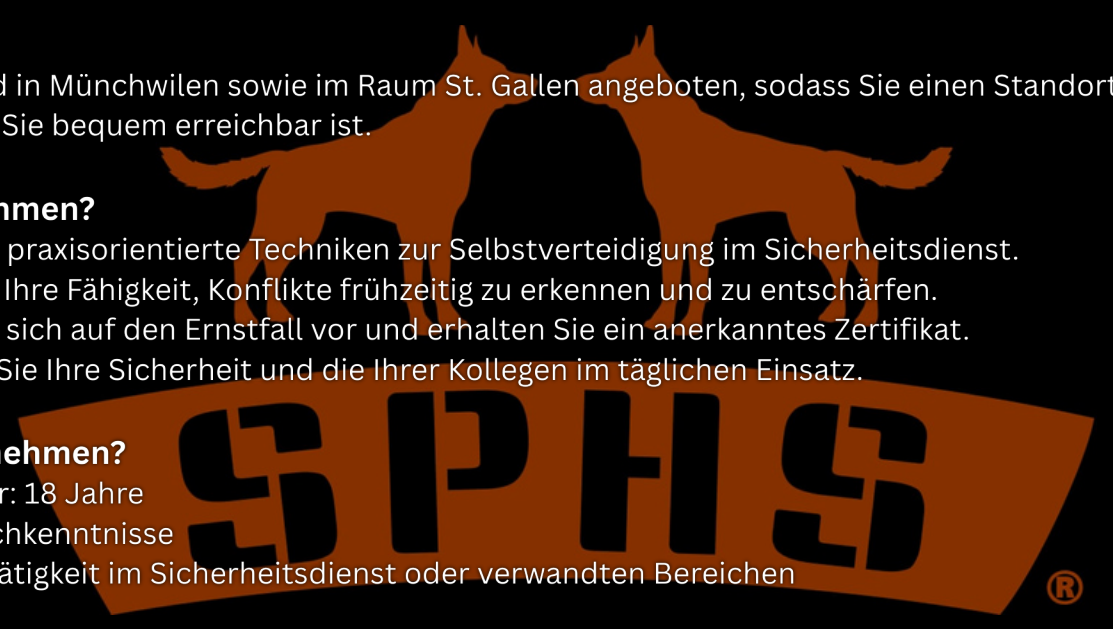
Dieser Kurs wird in Münchwilen sowie im Raum St. Gallen angeboten, sodass Sie einen Standort wählen können, der für Sie bequem erreichbar ist.

Warum teilnehmen?

- Erlernen Sie praxisorientierte Techniken zur Selbstverteidigung im Sicherheitsdienst.
- Steigern Sie Ihre Fähigkeit, Konflikte frühzeitig zu erkennen und zu entschärfen.
- Bereiten Sie sich auf den Ernstfall vor und erhalten Sie ein anerkanntes Zertifikat.
- Verbessern Sie Ihre Sicherheit und die Ihrer Kollegen im täglichen Einsatz.

Wer kann teilnehmen?

- Mindestalter: 18 Jahre
- Gute Deutschkenntnisse
- Berufliche Tätigkeit im Sicherheitsdienst oder verwandten Bereichen

The logo for SPHS (St. Gallen Police School) features the letters 'SPHS' in a large, bold, stylized font. Above the letters, there is a silhouette of two dogs facing each other. The entire logo is set against a dark background with a subtle pattern of leaves or branches.

SPHS

