

Il “**TOTAL FIGHTING (Jeet Kune Do-Krav Maga)**” è un sistema di combattimento corpo a corpo per la Difesa Personale Reale di concezione militare ma adatto sia a militari che a civili. Mira alla totale efficacia delle tecniche di autodifesa, alla loro semplicità di acquisizione e all'istintività della loro applicazione in situazioni di reale aggressione violenta. Si basa principalmente sull'evoluzione delle Arti del Jeet Kune Do e del Krav Maga in ambito bellico, completati con tecniche, concetti e metodologie di allenamento di altre discipline quali: M.M.A.-Mixed Martial Arts, Ju-Jitsu, Silat, Close Combat militare, eccetera.

Il “TOTAL FIGHTING (Jeet Kune Do-Krav Maga)” è adatto a tutti: uomini, donne e ragazzi (dai 12 anni) e si divide nelle seguenti specializzazioni:

- *Total Fighting*
- *Difesa Personale Femminile (metodo Total Fighting)*
- *Blast Program (Immediately Operative Program)*

Il *Total Fighting* è il nostro sistema completo di Difesa Personale Reale, adatto sia a uomini che a donne, sia a ragazzi che a ragazze a partire dai 12 anni.

Il programma di *Difesa Personale Femminile* prevede l'acquisizione della capacità di combattere come estrema soluzione per sopravvivere e difendersi da una reale aggressione violenta, ma al contempo viene data moltissima importanza alla prevenzione, alla comunicazione, alle norme di comportamento, di sicurezza e a tutto quanto possa servire per prevenire ed evitare il “problema”.

Il *Blast Program (Immediately Operative Program)* è un programma estratto dal Total Fighting, fisicamente e tecnicamente più intenso, accessibile ai soli maggiorenni e rivolto a chi abbia necessità di operatività immediata nella Difesa Personale Reale (civili, militari, forze dell'ordine, operatori della sicurezza).