

<<实用防卫搏击术>>

图书基本信息

书名：<<实用防卫搏击术>>

13位ISBN编号：9787564412852

10位ISBN编号：7564412852

出版时间：2013-3

出版时间：纪富礼 北京体育大学出版社 (2013-03出版)

作者：纪富礼

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<实用防卫搏击术>>

### 内容概要

《实用防卫搏击术》多次进行技击方面武艺的切磋和交流，不断地从各派武术中汲取营养。现将武术中的散打与擒拿、摔跤紧密地结合在一起，使其融会贯通，形成踢、打、拿、摔都包括在内的搏击技法。

在此基础上，作者整理出《实用防卫搏击术》。

此书技击性、灵活性极强，招术又很丰富。

此书不仅对于强身健体颇有益处，而且对于制服歹徒、防身自卫确有实用价值，可供公安干警、武警战士参考使用。

## <<实用防卫搏击术>>

### 书籍目录

一、基本技术 (一) 基本姿势、步法 (二) 基本击法 (三) 基本抓法、擒法 (四) 基本摔法 (五) 防卫技术 二、实用技术 (一) 防打搏击技法 (二) 防踢搏击技法 (三) 防拿搏击技法 (四) 防摔搏击技法 三、基本功 (一) 徒手基本功 (二) 器械基本功

<<实用防卫搏击术>>

章节摘录

版权页： 插图：

<<实用防卫搏击术>>

编辑推荐

《实用防卫搏击术》由北京体育大学出版社出版。

<<实用防卫搏击术>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>