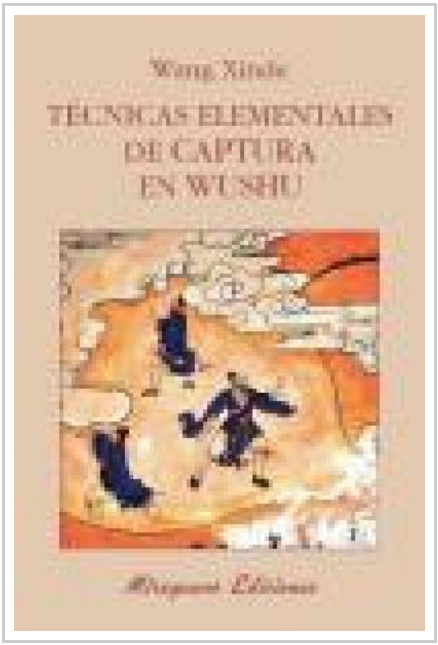


DOWNLOAD

Técnicas Elementales de Captura en Wushu

By Wang Xinde

Miraguano Ediciones, 2014. soft. Book Condition: New. Las Artes Marciales, cuyo origen se remonta a varios siglos de antigüedad, constituyen un método de entrenamiento físico y mental de primer orden practicado en la actualidad por un inmenso número de personas en todo el mundo. En China, además, son el deporte nacional por excelencia y se conocen con el término genérico de wushu (o kung fu, según la designación más extendida en Occidente). Las principales técnicas del wushu, denominadas como las Siete habilidades, hacen referencia a los ataques con piernas y pies, ataques con las manos, lanzamientos, desplazamientos, choques, empujones, y agarres o capturas del contrario. De estas últimas técnicas, que se emplean fundamentalmente para poner fin a un combate, trata este libro. En él se explican de modo simple las técnicas más elementales para neutralizar a un agresor, mediante el agarre, con una o ambas manos, de determinadas articulaciones, y su objeto fundamental es ayudar a las personas de contextura débil a aumentar su capacidad de autodefensa. El autor, Wang Xinde, es un veterano maestro y entrenador de wushu en China con una dilatada experiencia en este campo. En esta misma colección ya ha publicado otro título dirigido a facilitar...

READ ONLINE
[1.59 MB]

Reviews

Definitely among the best book I have got possibly study. I am quite late in start reading this one, but better then never. Once you begin to read the book, it is extremely difficult to leave it before concluding.

-- ***Olga Ledner MD***

Complete guide for publication enthusiasts. I have read and i am sure that i will going to study again once again in the future. Your way of life period will be transform once you total looking over this publication.

-- ***Shayne O'Conner***