



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
[4.85 MB]

Reviews

Absolutely essential go through book. It is actually loaded with knowledge and wisdom You can expect to like the way the blogger compose this pdf.
-- **Pascale Bernhard**

A high quality book as well as the font applied was exciting to read through. This can be for all those who statte there was not a well worth looking at. I discovered this ebook from my i and dad recommended this ebook to find out.
-- **Mr. Monserrat Wiegand**