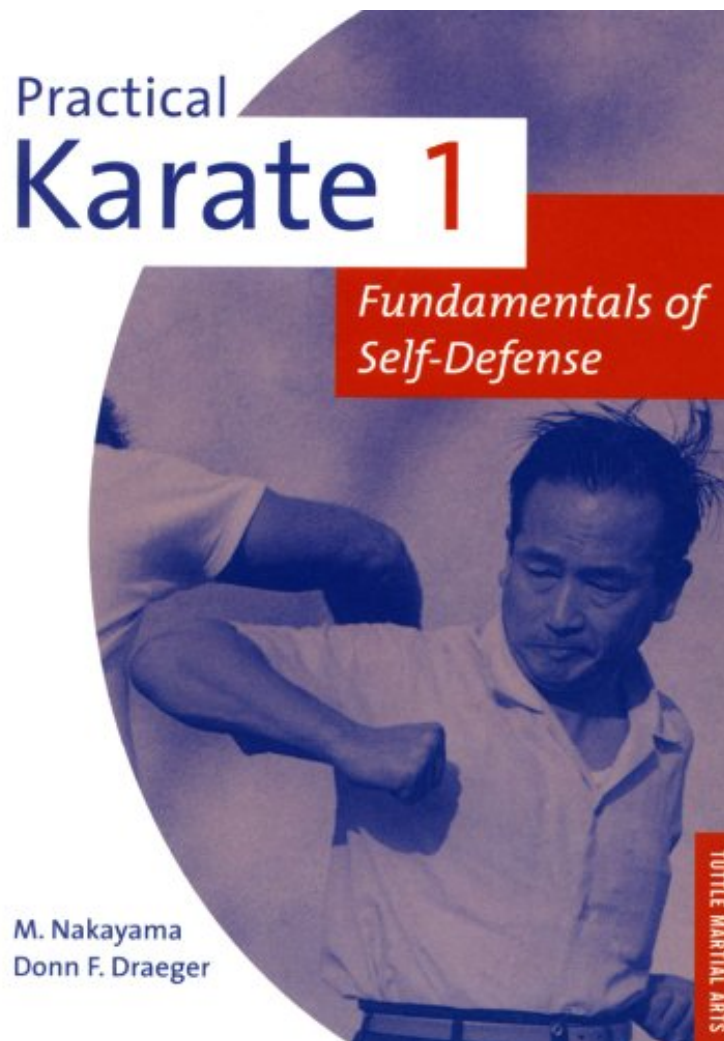


(Read download) Practical Karate Volume 1 Fundamentals O: Fundamentals of Self-Defense: 001

Practical Karate Volume 1 Fundamentals O: Fundamentals of Self-Defense: 001

Von Donn F. Draeger, Masatoshi Nakayama
*audiobook / *ebooks / Download PDF / ePub / DOC*



 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrank: #478371 in eBooksVerffentlicht am: 2012-07-17Erscheinungsdatum:
2012-07-17File Name: B00CST3NOQ | File size: 16.Mb

Von Donn F. Draeger, Masatoshi Nakayama : Practical Karate Volume 1 Fundamentals O: Fundamentals of Self-Defense: 001 before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Practical Karate Volume 1 Fundamentals O: Fundamentals of Self-Defense: 001:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ein Meilenstein in der LiteraturVon Ein KundeWenn der hchst graduierte Shotokan-Karateka ein exzessiver Asien-Kenner ein Selbstverteidigungsbuch verffentlichen, mu dieses ein echter Knller sein! Sehr methodisch im Aufbau fhrt der Autor von den Grundstellungen klaren bungsanweisungen ber die einfachen Abwehr- Angriffstechniken bis zu den ersten Tritten. Und das alles immer anwendungsbezogen mit kurzen, aber sehr relevanten Texten, die auch fr den, der

in der englischen Sprache nicht so bewandert ist, trotzdem den Sinn die wichtigsten Punkte jeder Technik klar erläutern. Nachteilig ist allenfalls das leicht angestaubte Layout, für das aber nicht die Verfasser verantwortlich sind. Nehmen Sie mich nicht beim Wort, aber wenn selbst das U.S. Marine Corps die Serie für so gut hält, dass sie sie rückhaltslos empfehlen, sollte das jedem, der an ernster Selbstverteidigung interessiert ist, doch zu denken geben. An dieser Stelle sei auf das Buch "Karate zur Selbstverteidigung", ebenfalls von Nakayama im Falken-Verlag erschienen (original Kodansha), noch hingewiesen, allerdings drei Jahrzehnte später geschrieben. 0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Nakayama Masatoshi and Donn Draeger on Self-defense Von Ein Kunde Nakayama Sensei, former Chief Instructor of the JKA (Japan Karate Association) and internationally known martial arts expert, Donn Draeger prepared this series in the early 1960s (they've been out of print for a long time). The real value of each of the books is actually the photographs of Nakayama Sensei -- both authors are no longer with us. While the self-defense scenarios may be slightly out of date and simplistic to seasoned karateka (students of karate), they are invaluable to the rest of us. Unless your mind works like a street bully -- you never think about such situations and how to respond, or practicing to respond. I have the entire set for my library and recommend it for those just beginning in the traditional Japanese martial arts. I've actually been trying to spot C.W. Nicol, who acted as one of the "bad guys", the author of "Moving Zen" which is perhaps the best chronicle of a occidental training in Karate -- in Japan.

Kurzbeschreibung "Simple, clear, easy to learn Dispenses with hours of needed to practice for the professional Outstanding primer on selfdefense." Marine Corps Gazette Practical Karate: Fundamentals of Self Defense is the first volume in the classic six volume series by Masatoshi Nakayama and Donn Draeger. Written for those too busy to devote hours a day to Karate training, it is a serious introduction to the basic elements of self defense. Excerpts from Practical Karate: "The secrets of selfdefense can be summed up in the proverbs: 'a wise man avoids danger and 'to run away is the best way to win.' Yet, sometimes you are not able to choose these courses. I select here several techniques which you will be able to master with comparative ease, thus protecting yourself more effectively against any unarmed assailant." M. Nakayama "Properly learned karate response will teach you to face emergency attack situations or to run both with confidence. The few minutes a day you spend in practice will never be wasted." Don Draeger