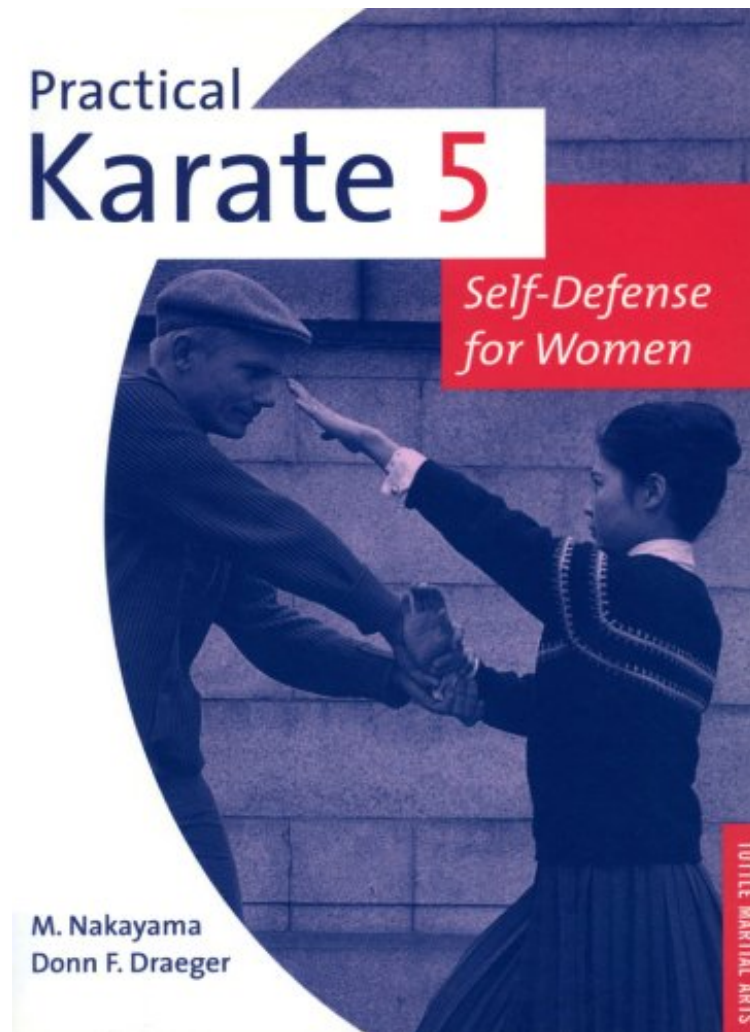


Practical Karate Volume 5 Self-defense F: Self-Defense for Women: For Women Bk.5

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



DOWNLOAD



READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #1112827 in eBooksVerffentlicht am: 2012-08-07Erscheinungsdatum:
2012-08-07File Name: B008QXCBL Y | File size: 65.Mb

Von Masatoshi Nakayama, Donn F. Draeger : Practical Karate Volume 5 Self-defense F: Self-Defense for Women: For Women Bk.5 before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Practical Karate Volume 5 Self-defense F: Self-Defense for Women: For Women Bk.5:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich.
Handbuch fr "Frauen-Power"Von Ein KundeUnd zum fnften Mal hat das Team Nakayama/Draeger zugeschlagen.
Diesmal entstand ein Selbstverteidigungskurs speziell fr Frauen, obwohl die Verfasser selbst Mnner sind. Dies hindert sie aber nicht, auch in diesem Band ihrer sechsteiligen Serie dem Leser nur das Beste zu zeigen. Wiederum arbeitet

Nakayama (ausnahmsweise durch eine wehrhafte Dame vertreten) mit sehr viel Tai-Sabaki zeigt berdie praktische Anwendungen von harten Empi-Uchi Hiza-Geri gegen alles, was einer Frau damals heute so auf unseren unsicheren Straen begegnen kann. Besonders viele Abwehrkombinationen gegen Halte- und/oder Wrgeangriffe mit einer Variationsbreite, die seines gleichen sucht, haben die Verfasser mit Nukite/Ippon-Ken/Shuto-Uchi gegen Augen, Kehlkopf Genitalien abwehren lassen. Meist wird nicht viel passiv geblockt, da eine Frau dabei meist einem, selbst nur durchschnittlich gebauten, Mann unterlegen wre, sondern schon frhzeitig ausgewichen dann kompromilos gekontert. Zusammen mit Oyama`s Karate-Course als vollwertiger Selbstverteidigungslehrgang fr Frauen nur zu empfehlen.

KurzbeschreibungThe authors do not purport to turn out a legion of female karate experts. They have selected responses for the average woman and are generous with advice and warning. They have worked out terse descriptions of the action in each instance so that it can be rapidly grasped. Mainichi Shimbun newspaper Practical Karate: Self-Defense for Women is the fifth volume in the classic six-volume series by Masatoshi Nakayama and Donn Draeger. Written primarily for women, the karate techniques in this volume are equally useful for men and children anyone in a situation where the assailant possess a physical advantage. Included in this volume are chapters dealing with simple hand and wrist seizures, partial body seizures, and full embrace seizures. Although the methods set out in this martial arts manual do not require an extensive background in karate training, the authors recommend that the reader consult other volumes of the Practical Karate series, as well.