

<<图解柔术>>

图书基本信息

书名：<<图解柔术>>

13位ISBN编号：9787535746474

10位ISBN编号：7535746470

出版时间：2008-4

出版时间：湖南科技出版社

作者：阿莱曼

页数：91

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>

<<图解柔术>>

内容概要

柔术是一种相当全面的武术，现代柔道与合气道均演变于此。

此术之理在于持之以柔，不急于争先求胜。

要修虚静之心，遇事沉着冷静不妄动。

此术之技包括：当身技、投技、缔技、关节技等等，踢打摔拿兼备。

心理和身体上以弱制强的战术魅力。

让无数武术爱好者为之痴迷。

柔术，已成为当今世界上流行的无限制格斗术之一。

由于柔道和合气道的产生，真正具杀伤力的柔术在日本日趋衰落。

而在曾经是最大日裔聚居地的巴西，古柔术再度兴起，以风靡美州的格雷西柔术为代表。

格雷西家族的众多练习者们将新技术融入古柔术，使巴西柔术成为一种完善的格斗体系，其独创的“地面取胜”和击打技巧，成为格雷西家族在世界武林称王的秘笈！

<<图解柔术>>

书籍目录

简介基本原理传统柔术巴西柔术专门技术防身

<<图解柔术>>

章节摘录

基本原理 柔术各种各样的流派使得很难建立一个适用所有柔术的体系。

日本古代战场上，传统的武士使用的柔术没有很多的地面格斗，活动不方便，靠近敌人时可以更容易攻击。

因为，武士们要花大量时间训练避免被摔倒。

梦想流派避免摔倒的方法包括孤注一掷的技术翻滚。

从某种意义上说，这就像现代肉搏战，保镖或警察在遭到对手及其同伙攻击头部时，希望倒地格斗。

在战争年代，拳击练习没有和平年代这么重要。

) 中突、伏击和战斗要求武士们增强反应能力、准确性、灵活性和距离感。

他们也可以测试自己的技术能力，因为在这种情况下，面对真刀实枪，拳击是不实用的。

传统柔术一些基本的原理可以归纳出来，它们的准确性也被那些有丰富战斗经验的人认可。

柔术是起源于职业武士而非农民或乡下人的技术，这在概念结构中体现出来了。

意识 意识是格斗中最基本的技能，经常决定了你在生死关头是否取胜。

这里有许多关于武士的故事。

他们对环境非常敏感，所以他们的潜意识在感觉器官还没有反应时就能感觉到逼近的危险，他们处于逻辑思维状态。

攻击既可以是出其不意的（只有当实体接触到时才感觉到），也可以是事先觉察到的。

在你被击倒之前，意识的过程从飞快的一秒至数分钟再到数小时都不尽相同。

如景是出其不意的进攻，并使用了抓、抱、推或拉等招式，你应该能取得主动的机会。

如果你被攻击，特别是遭到武器攻击，通常没有反抗的机会。

<<图解柔术>>

编辑推荐

《图解柔术》图文并茂地介绍了柔术的基本知识和格斗技巧。

柔术，是一种起源于日本的武术，在20世纪风靡全世界，并且在过去10年中得到了惊人的发展。

柔术的技术范围是现今武术中最完整的一种。

它包括摔打、抓握、锁、拳击、脚踢、地面格斗、防卫技术、绞技、反击技术、对武器的防卫以及某些柔术系统中的武器使用技术。

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>