

<<抗暴制敌术>>

图书基本信息

书名：<<抗暴制敌术>>

13位ISBN编号：9787810039727

10位ISBN编号：7810039725

出版时间：1996-08

出版单位：北京体育大学出版社

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>

<<抗暴制敌术>>

书籍目录

目录

第一章 抗暴制敌的基本原则

- 一、抗暴训练的必要性
- 二、抗暴训练的原则
- 三、抗暴制敌的要害部位
- 四、抗暴格斗的基本姿势

第二章 身体尖端优势与应用

- 一、拳的尖端优势与应用
- 二、掌的尖端优势与应用
- 三、指的尖端优势与应用
- 四、爪的尖端优势与应用
- 五、肘的尖端优势与应用
- 六、头的尖端优势与应用
- 七、膝的尖端优势与应用
- 八、足的尖端优势与应用

第三章 抗暴先发制敌法

- 一、开门打法
- 二、对称打法
- 三、贴身打法

第四章 抗暴后手制敌法

- 一、拦门打法
- 二、直接打法
- 三、间接打法
- 四、闪战打法

第五章 抗暴冷招制敌法

- 一、扫绊打法
- 二、腾空打法
- 三、地趟打法
- 四、穴位打法

第六章 抗暴制敌擒拿法

- 一、盘接手法
- 二、解脱手法
- 三、主动擒拿
- 四、被动擒拿
- 五、反擒拿技术

第七章 抗暴制敌擒摔法

- 一、倒地保护法
- 二、主动摔法
- 三、被动摔法

第八章 抗暴制敌调解术

- 一、轻微伤害调解术
- 二、中度伤害调解术
- 三、极度伤害调解术
- 四、强奸暴行调解术
- 五、两男斗殴调解术

<<抗暴制敌术>>

六、两女斗殴调解术

七、家庭纠纷调解术

八、双手肩下握颈式行凶调解术

九、锁头行凶调解术

第九章 抗暴制敌夺械术

一、巧夺匕首

二、巧夺棍棒

三、巧夺手枪

四、巧夺菜刀

五、巧夺酒瓶

<<抗暴制敌术>>

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>