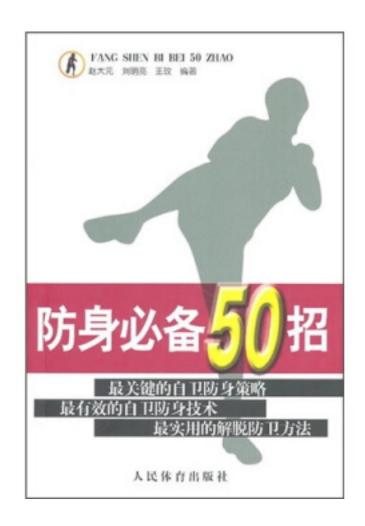
## 防身必备50招



防身必备50招\_下载链接1\_

著者:赵大元等著

防身必备50招\_下载链接1\_

## 标签

## 评论

帮同事买的,很喜欢,先赞一个,还会光顾

 格斗教材,将行	 各种技能汇编成册,	对于初学者是一	一本好教材。
是女子的防身/	 术是女子的防身术题	是女子的防身术	
	 里那妩媚。实用好ā	<b>至</b> <b>言</b> o	
 帮朋友买的,如	 地挺喜欢的。		
 内容翔实,讲解	 解丰富,实例充足,	适合自学和练习	<u>-</u>
 内容很充实,ā	 看了有用		
 有用,学学是7	 有必要的!!!!		
 很一般吧。因为	 为赵大元有名才买的	的。结果悲剧了	
 内容还不错,s	 就是送货慢了		
面对社会的不是	 安定因素,看看有ſ	什么防身的技法	
 还不错			

	有指点 怎么接法
好	

写得很好,在绝大多数抢劫、盗窃、性侵犯等案件中,受害人 女性。根据警方的资料,被抓捕的罪犯在审讯中也承认,夜晚,单身女性是犯罪的第 因此,自我保护就成为年轻女性的第一要务,自卫防身术也就成为年轻女性防 女子防身术最重要的是对女性心理素质的影响,学练过自 学习的一项必要技能。 当然,躲避危险的机会也就会 术的女性,遇到危险情况就会多一份沉稳、冷静和自信。 大幅度地增加。女性朋友们绝不要存在侥幸心理,想当然地认为,犯罪分子永远不会突 然站在你面前。一旦遇到危险,自卫防身术很有可能就成为你的救命术。防身必备 是赵大元几十年警体擒拿格斗、缉捕技术教学经验及对数百余案例研究的精华,是和其 (第三、六章) 王玫(第五、六章)一同编写的。 防身必备50招共包括了 受到非法侵害时的正确防卫策略、女子防身健身法等六章内容。 非常好的一本书,京东配送也不错!读书是一种提升自我的艺术。 学不知道。读书是一种学习的过程。一本书有一个故事,一个 个故事叙述一段人生, 世界。读万卷书,行万里路说的正是这个道理。一本书都会有不同的收获。悬梁刺股、萤窗映雪, 生折射一个世界。读万卷书, 读诗使人高雅, 自古以来, 明智。读每 人的毕生追求。读书是一种最优雅的素质,能塑造人的精神, 生的艺术。没有书的人生就像空心的竹子一样, 空洞无 犹太人让孩子们亲吻涂有蜂蜜的书本, 是为了让他们记住书本是 本是人生最大的财富。 要让甜蜜充满人生就要读书。读书是一本人生最难得的存折, 你会发现自己是世界上最富有的人。 读书是一种感悟人生的艺术。读杜甫的诗使人感悟 人生的辛酸,读李白的诗使人领悟官场的腐败,读鲁迅的文章使人认清社会的黑暗,读 巴金的文章使人感到未来的希望。每一本书都是 一个朋友, 教会我们如何去 读书是人生的一门最不缺少的功课,阅读书籍,感悟人生, 助我们走好人生的每一步。 书是灯,读书照亮了前面的路书是桥,读书接通了彼此的岸书是帆, -门人生的艺术,因为读书,人生才更精彩!读书, 大量的书, 是好事读 五柳先生好读书,不求甚解, 值得称赞。读书是--种享受生活的艺术。 然忘食。当你枯燥烦闷,读书能使你心情愉悦当你迷茫惆怅时,读书能平静你的心 你看清前路当你心情愉快时, 读书能让你发现身边更多美好的事物,让你更加享受生 。读书是一种最美丽的享受。书中自有黄金屋,书中自有颜如玉。一位叫亚克敦的英国 他的书斋里杂乱的堆满了各科各类的图书,而且每本书上都有着手迹。读到这里是

## 书评

防身必备50招\_下载链接1\_