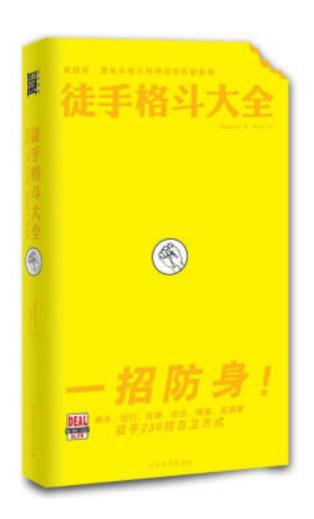
## 徒手格斗大全



徒手格斗大全\_下载链接1\_

著者:美国陆军部编

徒手格斗大全\_下载链接1

## 标签

## 评论

看着很不错,有些人说里面有一些彩页和单色页夹杂着显得质量很差。我认为有彩页是因为有些图片必须需要彩印,比如食物那一章有可食用植物和有毒植物都需要颜色及形态的特征加以文字描述才能够辨认出来。总体来说书还是挺好的,必须5星!

京东搞活动,买的,有一定的参考意义还是不错的 吾消费京东商城数年,深知各产品琳琅满目。然,唯此宝物与众皆不同,为出淤泥之清莲。使吾为之动容,心驰神往,以至茶饭不思,寝食难安,辗转反侧无法忘怀。于是乎 据太原含,清充得不见,原有之长有无线照,有周之执义,根满思之即归。不不以上成熟 紧衣缩食,凑齐银两,倾吾之所有而能买。东哥之热心、快递员之殷切,无不让人感激 涕零,可谓迅雷不及掩耳盗铃儿响叮当仁不让世界充满爱。待打开包裹之时,顿时金光 四射,屋内升起七彩祥云,处处皆是祥和之气。 不错。放在购物车半年多了。。。 被外星人附体了,买回去被家人问为什么买这个,我也回答不出来,有生之年会看完的 挺好,贝尔迷,嘻嘻嘻嘻嘻,太厚了???看不完 书不错 感觉很实用

1993年,第八届全国人大选举荣毅仁为中华人民共和国国家副@,这位76岁的红色资本家又重新扮演起政治家的角色,再次把自己亲手缔造的商业王国交给了他的助手魏鸣一和王军。[7]荣誉贡献1979年创办中国国际信托投资公司,开创了中国第一个对外开放的窗口。1986年底,被美国《幸福》半月刊评为世界50名知名企业家之一,是建国后国内企业家跻身世界知名企业家行列的第一人。1992年12月获美国加州荣誉公民称号。[2]

\_\_\_\_\_

确定正品, 生存手册是掌握技能的好书

本书描述了这些突发事件发生时可能面临的各种危险,同时也揭示了相应的生存机会, 提供详尽的求生方法与技巧。书中附有大量绘图,讲解具体的操作步骤,更增强了直观 性与实用性本书的宗旨是解决所有生存难题:如何装备,雨林中如何施放求救信号,怎样辨认有毒植物,用刀片制作指南针,如何蹬水过河,制作各类环、结和绳套,如何点 燃潮湿的火柴,如何搭建天然帐篷,如何急救、逃牛、救援等等。

很喜欢这样的书

可能是应为有一点被害妄想症,总是不自觉的幻想,自己那一天,遇到歹徒,飞机失事 迷失丛林,遇难孤岛(就像电影THE

EDGE一样,随时都有可能因此失去你现在的一切)等等。 我很喜欢看这一类型的书,好让自己知道,即使突然之间自己落入这样的境地,自己也 有办法解决得了。想休息的时候,就拿它,当作闲书读读,了解些常识,心里也踏实。我可能是抱着一种最奇怪的心态读它的,不是为了那天去野外露营,或者本身就需要这 种知识,再或者以广泛阅读、积累知识的名义……现代社会出行有汽车,夜晚有照明, 洗衣机冰箱电视机,夏天的空调,遇到危险有警察,生病有医生,火灾有消防员。从我 们出生开始有保姆或者父母、爷爷奶奶,长大了有老师,有朋友,有同事,有恋人……我们堆成堆,但是总是感到不安全,我常想失去现在的一切,我还有可能生存的下去么

心态决定一切,我承认这段时间我的心态是有问题。如果我积极迎接生活,还有强烈的 自信达到目标,可能就不会有这种奇怪的心态来(就像the edge

里的男配角,忘名了,那种突然间的失去信心)。就像THE

EDGE的男主角,有足够的知识,有一切竟在掌握的自信,有求生成功的心态,才能生 存啊。要评价这本书用书面语言就一个字"酷!

如果是用重庆话说,那只能是两个字 "日白!

其实在城市舒适环境下生活的我们,很难去想象有一天我们会面临生死攸关,需要保卫 牛存权利的时候。

这本书就可以让你去想象和感受这种缺失掉的生活。毕竟危险,生存,也是生活的重要

看过很多灾难电影,探险记录片的人,也会经常幻想当自己遇到生存危机时如何让自己 活下来。 这本书,就可以让掌握到真正的生存技能。让那些想象都变成现实的技能。

我最喜欢的是里面制作捕猎陷阱和识别各种植物的章节

各种捕猎陷阱可以让你在野外捕捉兽类,鸟,雨。让你不至于饿死识别各种植物,找到可食用的,区分有毒植物```相当好玩~~

对于书中的很多知识和技巧或许在你的有牛之年都无法实际运用

或者在现在看来浪费时间和精力。

但首先这是一种知识的必要储备,生存的知识,而非无用的天方夜谭。

更重要的是他给了我们一个全新的视角去认识我们的生活和生存 甚至打开了另一条思维的道路。让我们的生活更有乐趣,更有创意。

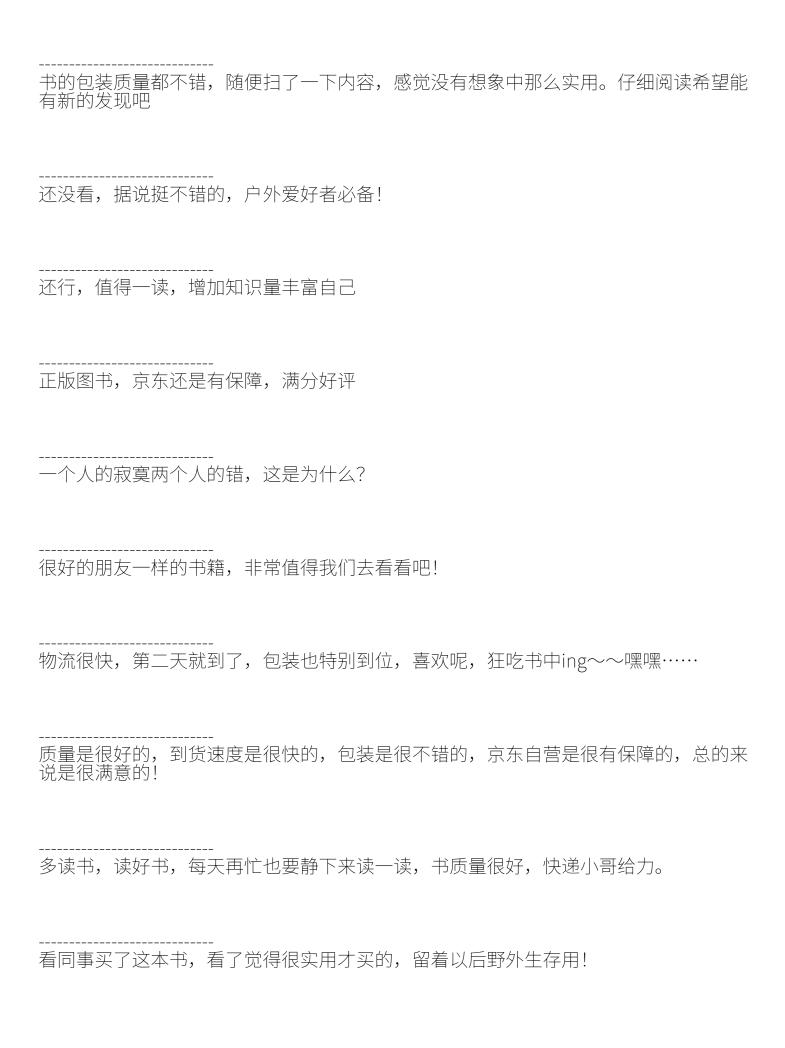
让你的知识储备更加丰富,以备不时之需。危机,恰恰只在未知的时刻突然降临

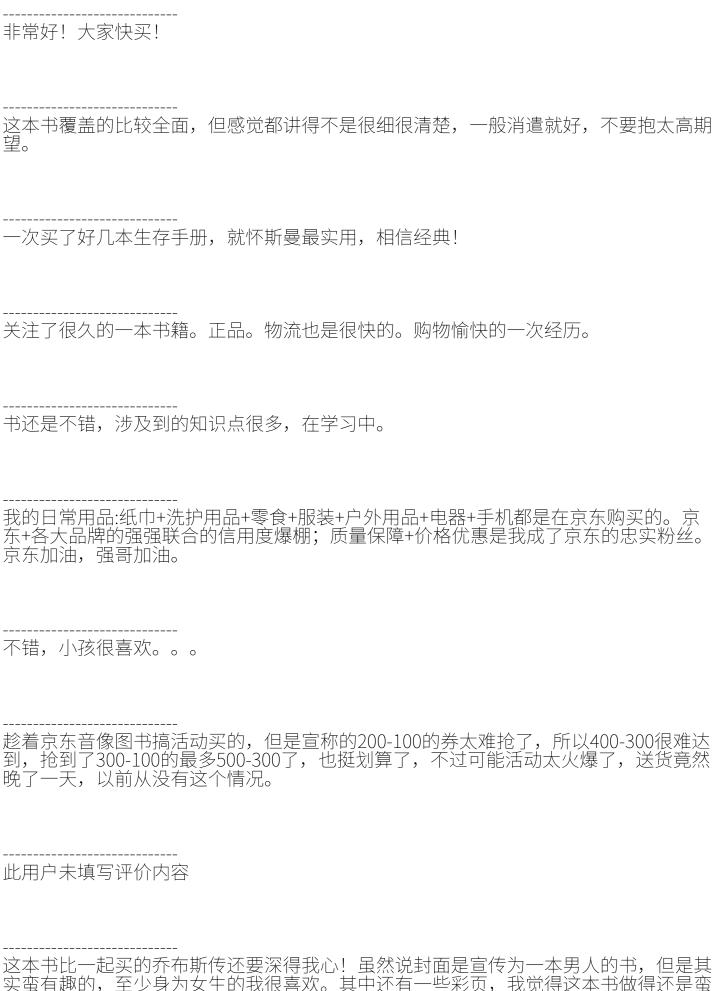
拥有生存意志,生存技巧的人,才能战胜危机,获得继续生存的权利。

毕竟活着,才是一切的基础!

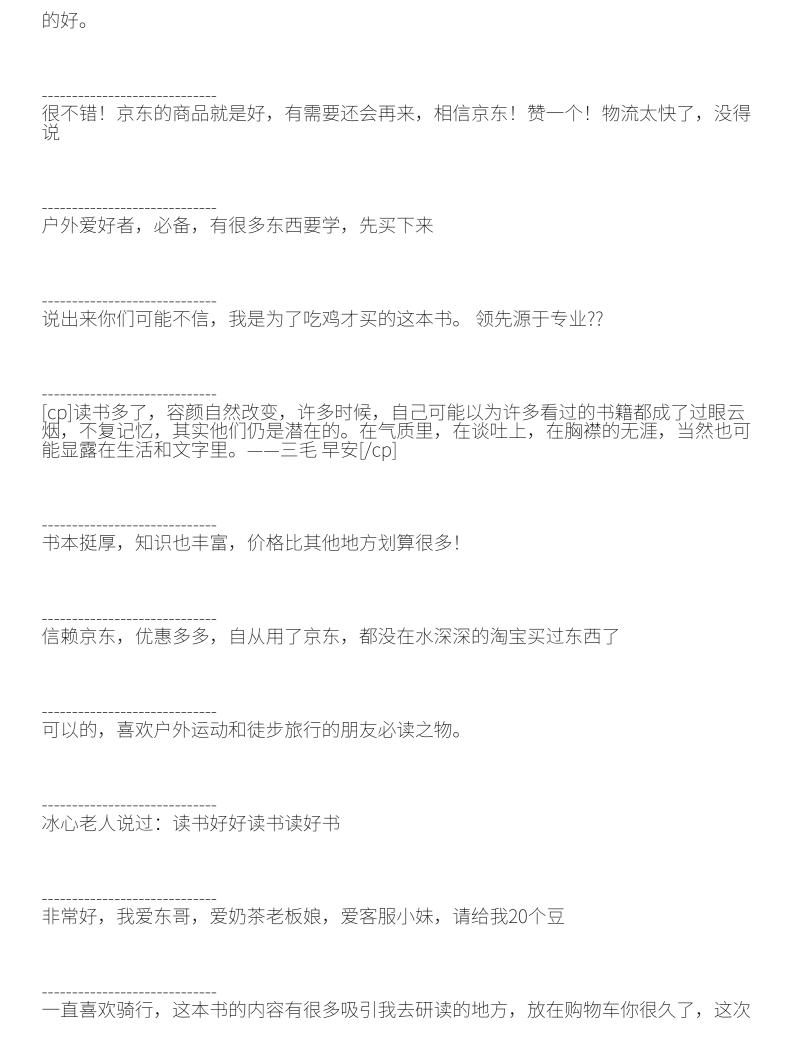
本书为世界最精英部队英国皇家特种部队(SAS)绝境求生的秘密,是现代人掌握自救、自我保护的生存技巧。任何人,只要喜爱远足、旅游、探险、行车的普通读者,都可能会被意外隔绝在地球上的任一地点:茫茫沙漠、热带雨林、无际大海本书描述了这些突发事件发生时可能面临的各种危险,同时也揭示了相应的生存机会,提供详尽的求生方法与技巧。

图书精美,送货时间快,一次买了十多本,赶上活动才*块一本,都是正版好划算,书中自有颜如玉,书中车马多簇簇,读好书,多进步。看单挑荒野好多年,看书在了解一下
 简单版本的书
其实之前看过一部分,现在又忘掉了! 朋友好久以前就有一套!
基本上都是隔日达,如果赶上了特价活动,就能得到既便宜又快捷的优质货物,,所以,现在买东西基本上都在京东了,很喜欢京东,希望京东的货物种类越来越齐全让我们有更多的挑选余地,真正能达到一站式购物,来了京东,就不需要再去别的地方了,希望京东越做越好
内容真的很多啊!
不错!内容丰富!可以看看,学习一下!有备无患总是好的!





实蛮有趣的,至少身为女生的我很喜欢。其中还有一些彩页,我觉得这本书做得还是蛮精致的。一些自我保护的东西,真的到用的时候才会发现匮乏不够,还是平时自己累积



下单入手了。

\_\_\_\_\_

很好, 是关于求牛方面的, 用的是现代求牛技术。

书刚到,价格实惠,有图文解读,到个人觉得部分内容专业性强,有待练习和实践!

好好好,送货快,活动买的划算,有书看了!

都是些挺普通的内容,没有特别吸引人的。 如果喜欢骑行还是不错 个人喜欢 性价比打折时还是不错的

《一生的自行车计划》内容简介:骑车技巧:爬坡、转弯、下坡等关键技巧,由外行变内行,由骑士变成真正的高手。自行车调整:把自行车调整到最适合你身体的状态,以最自然的姿势,发挥最大踩踏效率。骑车饮食法:运动时该吃什么、怎么吃,以及环法车手的高能量饮食策略。

飞轮课:飞轮课程有何魅力,为何能把死硬派运动员带到室内,把原先不骑车的人带到户外?训练法:顶尖教练的周期训练法让你达到最佳体能,参加铁人三项赛也不怕。

重量训练:减缓肌肉质量流失、抗老化、锻炼肌力,不能不提重量训练。

生存指南:如何在都市中骑车、遇到雷雨怎么办……以及膝盖和背部伤害、性功能障碍、骨质疏松症等自行车骑士不能不预防的问题……

百里赛、旅行、爬坡挑战、24小时赛、长程骑行……多彩多姿的自行车活动

12位传奇人物的专题: 谁洞察自行车产业先机、摔断全身骨头也要骑车的下坡赛女神、改变美国自行车界的工作狂教练……本书的目标很简单,难道你不想在活到百岁时还能参加百里赛吗?

你可能会觉得这是痴人说梦,怎么可能活到一百岁还能参加百里赛呢。不过,这其实真的有可能。但科学与药物的效果其实有限,研究也显示,基因对长寿与否仅能发挥20~30%的影响;其它因素则是运动与饮食,这些都能够减缓三十几岁开始发生的变化。本书提供你健康长寿和幸福的蓝图。自行车是很独特的运动,一举数得,不但能延年益寿,使身体和心灵发挥潜能、接受挑战,还能放松身心,创造乐趣和成就感,同时刺激有趣,又能促进人际互动。骑车跨越性别、年龄和时代,结合健身与休闲。不过自行车运动并非十全十美,虽然能促进心肺功能,让我们更长寿,但是也可能对肌力、体态、骨骼健康等造成负面影响。

因此本书用新颖的观点探讨骑自行车可能遇到的问题,包括训练、技巧和运动营养学等,以及骑自行车人时常忽略的问题:骨质酥松、两性关系、忧郁症、性功能障碍、膝盖和背部保健。除此之外当然还考虑到其他细节:如何避免和处理自行车意外、骑车被抢时如何应付,以及更多其他意想不到,却可能打乱长期计划的大小意外。

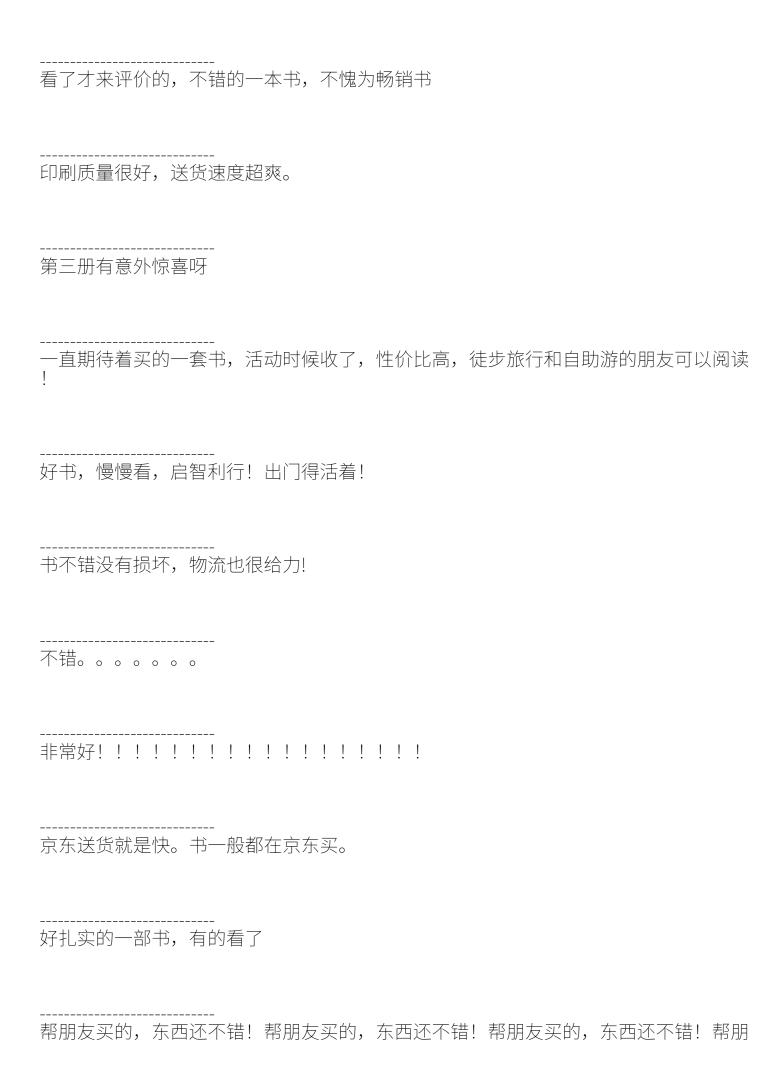
一一确实对于骑手要懂得保护自己的身体,包括减少运动带来的负面效果。

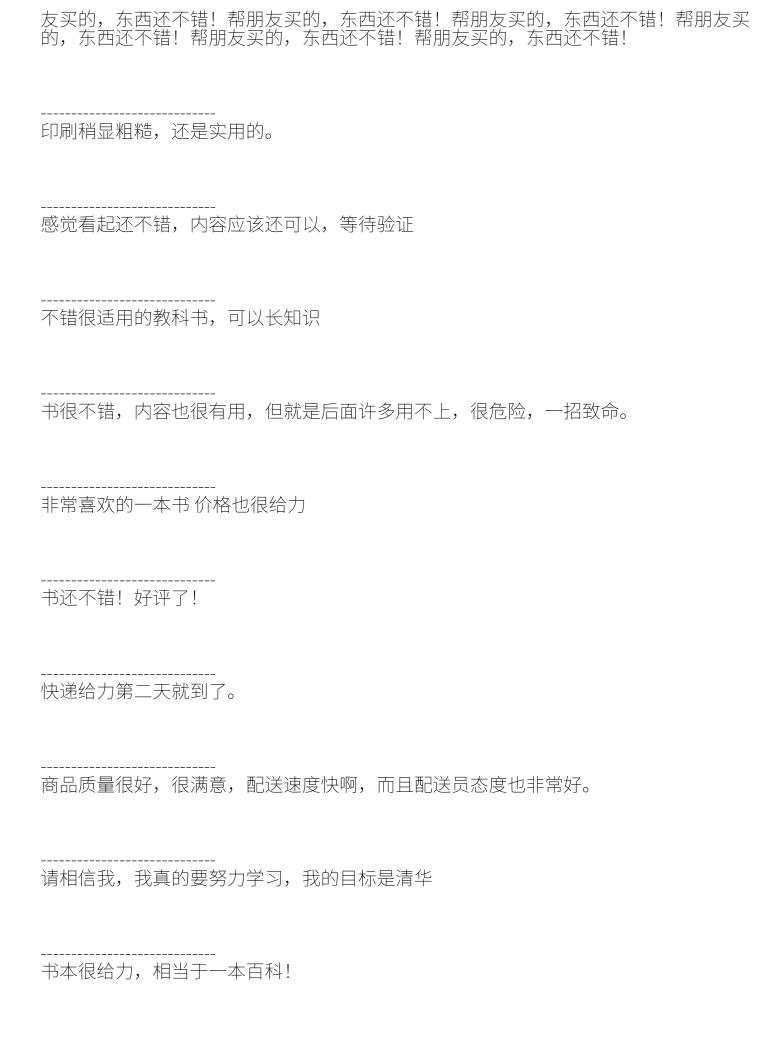
我跟罗伊除了骑车方法都不怎么样之外,还有另一个共通点:我们都认为自行车是一种探索、冒险、追求自由的方式。这样的哲学思想形成了我俩对自行车的看法——我们常常不参加比赛,而沉醉在自我探索的乐趣中。

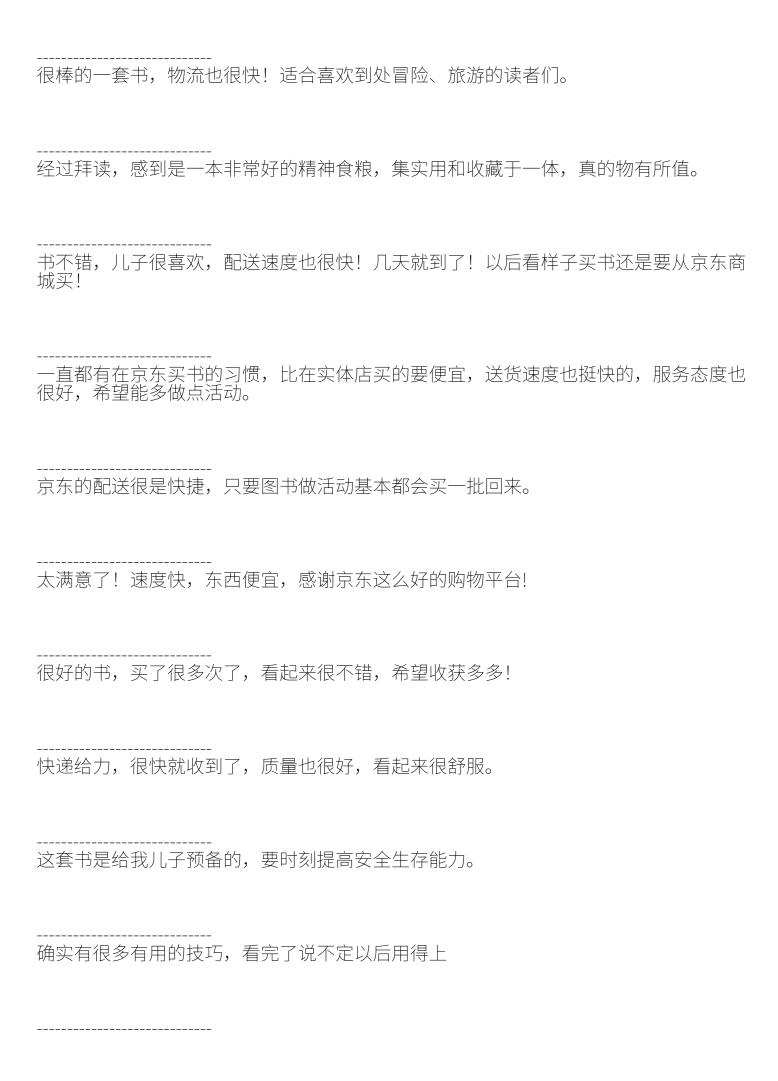
如果说滑板精神(或者说所有极限运动的精神)是"挑战自我,

永不停歇"的话,像自行车这种运动的核心有点类似于在身体的旅途中,也让心灵经历一次旅途。心灵会以更加多的触角接触空气,树木,道路一切氛围以及构成氛围的东西

 书很好! 买了100多本! 剁脚了!
发货快,纸张好印刷精美,字迹清楚,非常满意!

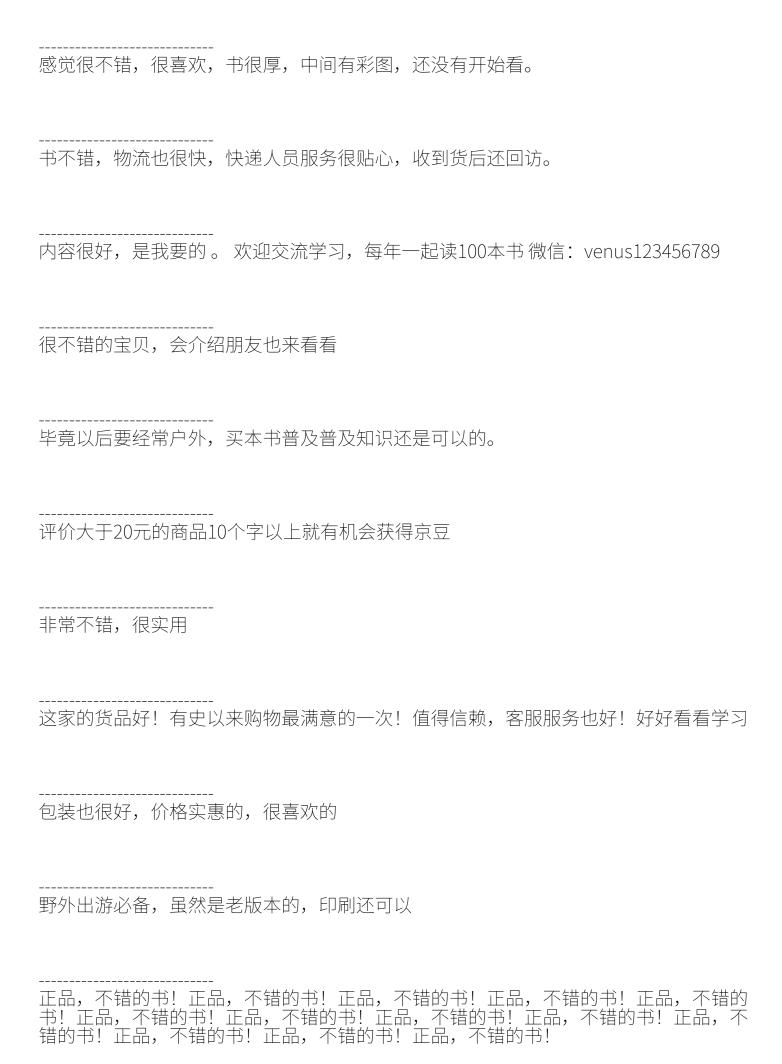






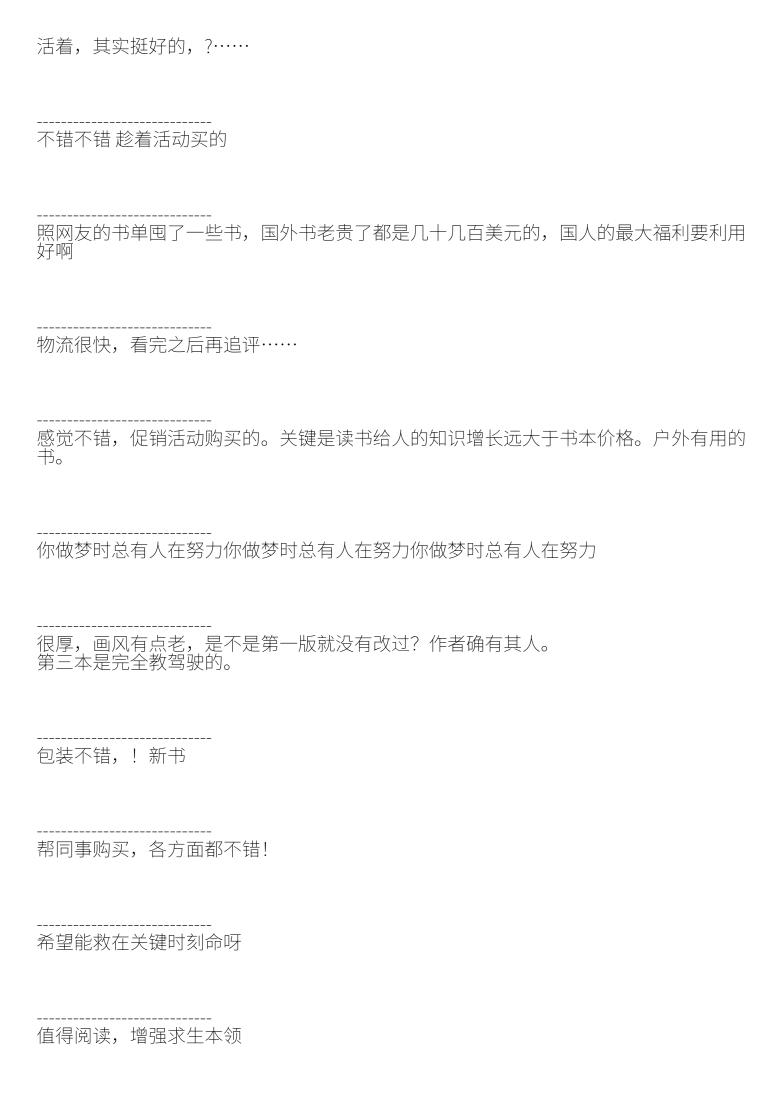
大致先翻了一下,各种东西很全面,包括陷阱防身生存居住还是很不错的
 非常好。!!!!!!
正版书,送货也很快,晚上下单,第二天就到了

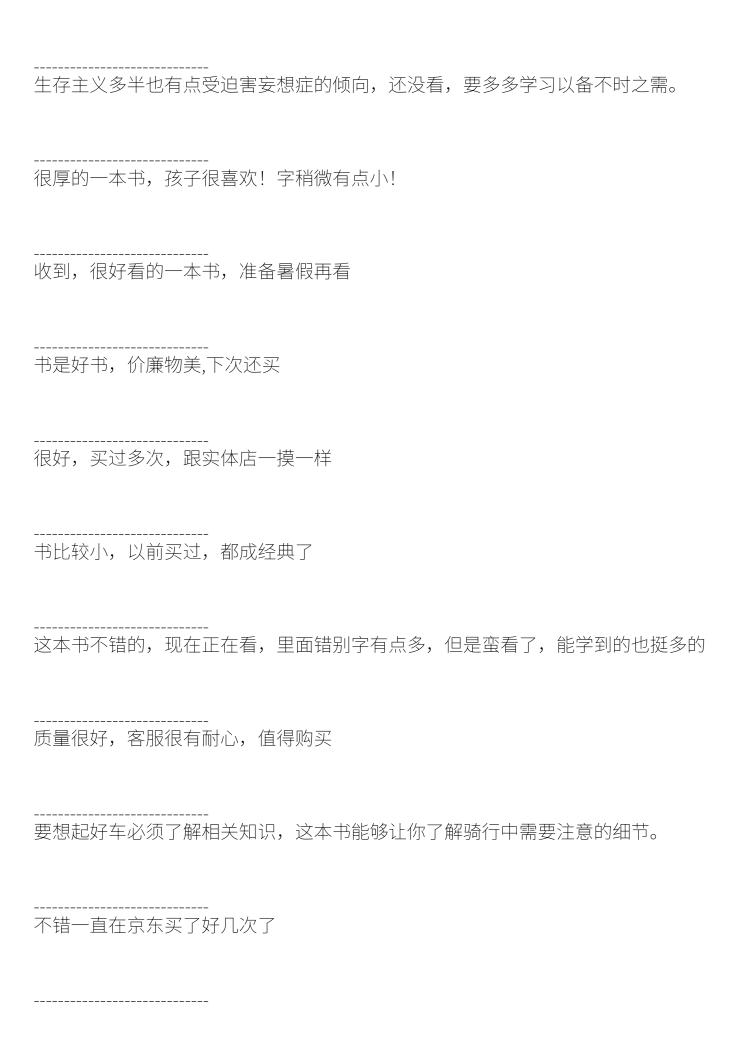
第一本质量不好,纸张较差。与其他两个比的话包装也不一样

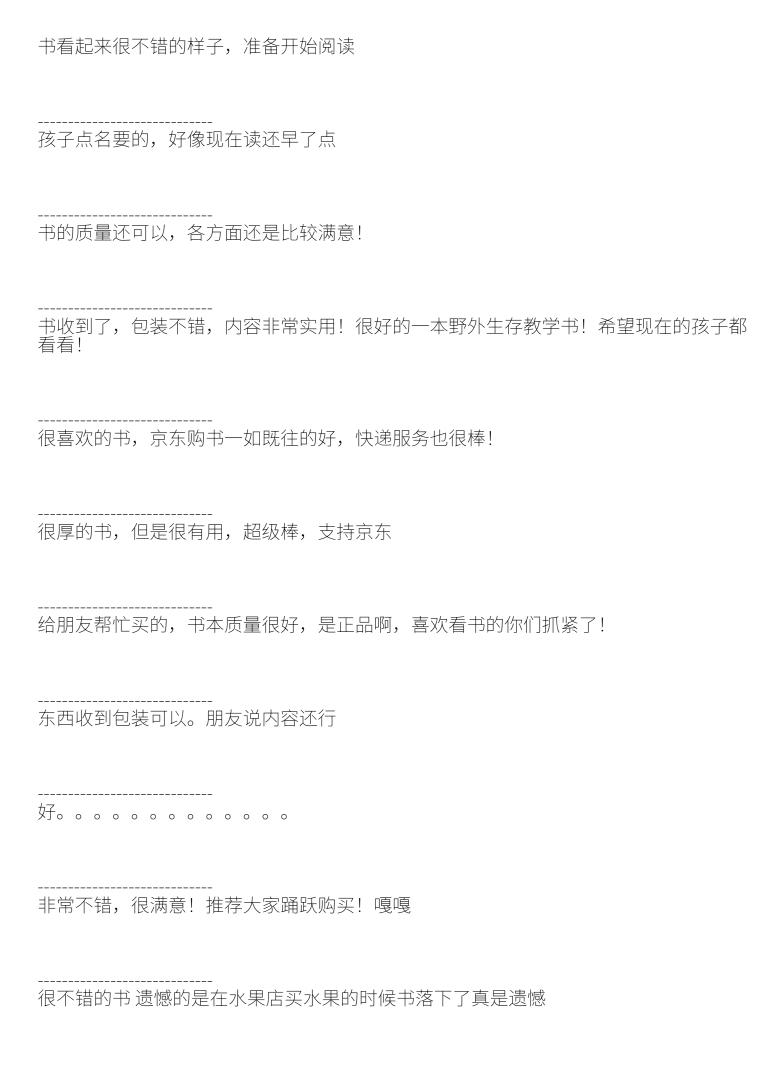


 纸张印刷都不敢恭维,习惯性好评吧!
 很不错,慢慢学习
 儿子强烈要求要买的一本书,也没让我失望
印刷很精美,纸张质量很好,内容很实用,一本好书
 活动价格很不错,值得购买。多了解一下。买了一大堆!
 挺实用的,长知识了,质量很好,非常满意,谢谢
 书比想象中的小,有空就翻翻,说不定以后能用上
 京东正版书,价格超实惠!

\_\_\_\_\_







 不错,快递也很给力
方方面面都介绍详细
 不知道有用没,买了还没来得及翻
 非常有用的一本书,希望能在关键时刻起到作用。
比以前买的开本大不少。
昨天下单今天到货 这速度 没说的
 温暖你心,我就是传说中的暖场王???

此微信号已暂停使用,如需要请加~
 挺有意思的一本书,通俗易懂,适合旅行前期的工作准备
 一直想买,终于买到了,慢慢看
非常周到详细,世界末日时适合带着
活动价格挺好,货品不错,值得。
 凭借这本书和一把瑞士军刀,再艰险的山水也无所不涉。

## 书评

徒手格斗大全\_下载链接1\_