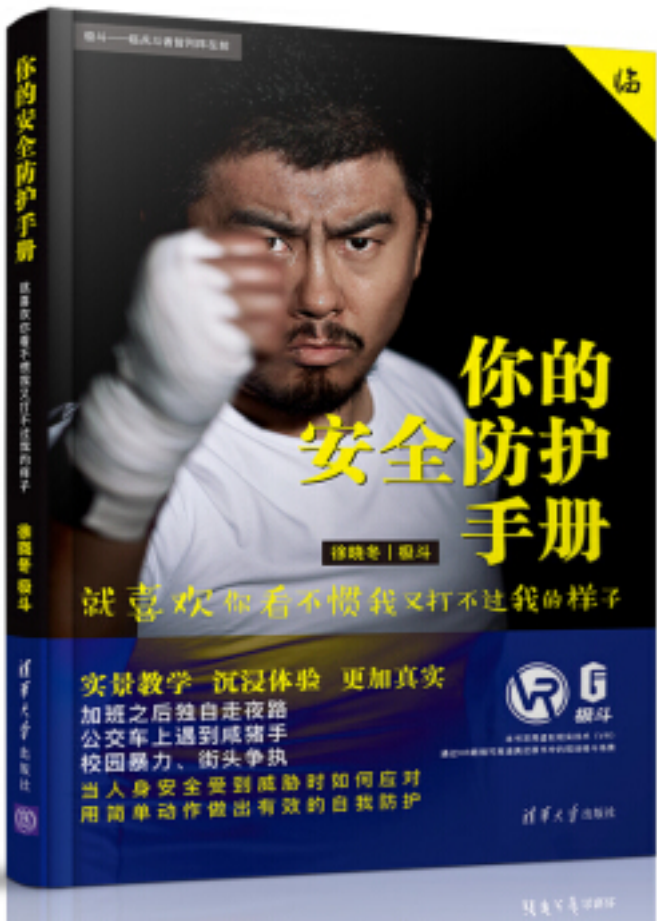


你的安全防护手册



[你的安全防护手册_下载链接1](#)

著者:徐晓冬, 极斗, 聂江, 薛晓东, 张昉 ... 著

[你的安全防护手册_下载链接1](#)

标签

评论

非常棒！我签自己的名字？

没有想象的好 这种书 以前一大堆 大同小异 因为再如何 人也只有四肢 头 躯干 能有多少招数 关键是临敌经验 力量

真的好用，物流很快，内容翔实，冬天训练全靠它了！理论联系实际！

[illegible]

和描述的一致，快递员服务好。

挺不错的，比较现实。

本书主要不是教你打（打的内容也不少），着重告诉你如何避免危险，快速脱身。

非常喜欢这本书，希望再接再厉。

很不错，现在治安不好，要好好保护自己~

此用户未填写评价内容

充着东哥这真性情也得给好评

挺好的一本书，买书是冲着作者是个敢说实话的人

这书很好，精简实用不废话。

支持冬哥，还没看，感觉很好

好！超级喜欢！喜欢！喜欢！喜欢！喜欢！喜欢！支持冬哥！

很好很快下次回来光顾，服务态度超级好，很喜欢这家店

内容不错通俗易懂值得推荐

书已经寄到了，京东的速度还可以

很好，非常不错，好评！

还是比较简单易学的

感谢快递员辛苦送货上门

儿子喜欢的应该还不错

书不错，是正版，快递也很快

不错，购买方便，价格实惠。

物流很快，还没有时间看。等闲下来再看。

简单使用，看完不花时间

好。 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

书很不错，只是那3D眼镜没什么卵用。

送的眼镜没有用，正版的书

一般一般的随意看看吧

太好了，多买了一本送朋友，

书到了，希望有实用的价值。

很不错，快递员服务很好

挺好的，满意。。。。

11111111

非常好，实用。

还行吧，就是那个VR,呵呵了

东哥6666

嘿哈...

还可以的

很好很好

666

好好好

没用，抄袭国外的，粗枝大叶

好评！支持京东！

货物和图片一致，送货速度快，包装完整！

正在看，暂不评价。

商品质量好送货速度快

很有意思的书，学习一下。

很好的一本书 支持！

利用VR技术手把手教你如何打造属于自己的防卫“利器”。更有千场街斗不败之王联手警察蜀黍教你如何兵不血刃化解危机。
在不同年龄段中，无论男性还是女性，本书均适合需要增强自我安全防护能力的广大读者学习使用。【作者简介】
徐晓冬，男，1997年进入北京什刹海体校专业学习散打、拳击。2001年拜泰国退役拳王为师学习泰拳，并成为北京*批泰拳教练。2002年向赵秋荣老师（荷兰精武会教练）学习MMA（综合格斗）。同年世界自由搏击协会WKA特别授权徐晓冬在北京范围内推广MMA，并开设相关课程，并以MMA打击形式在

就是好奇，没有欣赏的意思

很好就是那个眼镜不知道怎么用

[你的安全防护手册_下载链接1](#)

书评

[你的安全防护手册_下载链接1](#)