

Shotokai Karate-Do - Vol. 2 PDF

Gert Corfitzen Jürgensen

Shotokai Karate-Do

VOL. 2



Gert Corfitzen
Jürgensen

Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



Forfatter: Gert Corfitzen Jürgensen

ISBN-10: 9788740944198

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 1918 KB

BESKRIVELSE

Bogen indeholder personlige holdninger, livserfaring samt facts fra mere end 35 års Kampkunsterfaring. Uanset hvilken form for Kampkunst eller Kampsport du udøver, vil du højst sandsynlig få udbytte af bogen. I bogen vil jeg bl.a. komme ind på fysiske, tekniske og mentale emner i forbindelse med Karate-Do. Ligesom i Shotokai Karate-Do vol. 1 vil jeg forsøge at se bag om begrebet Karate-Do, og dermed på områder der normalt ikke er beskrevet nogen steder. Gichin Funakoshis 20 regler (Niju Kun), hovmod og ydmyghed, Kumite baseret på Kata og vitale punkter er blot nogle af de emner der gennemgås. I bogen vil jeg ydermere forsøge at afsløre den bedste Karate stil i mands minde. Der berøres emner som: Zaho, Siddestillinger - Seiza - Hvor traditionel er Seiza egentligt? - En Shogun's siddestilling - Meditation - Niju Kun - At være ydmyg - Osu/Oss - Den bedste Karate stil i verden - Kiai, Del 2 - Kake-goe - Selvforsvar - Pressure Points (Vitale Punkter) - Strategi og taktik i Karate - Kihon - Kata Del 2 - Embusen og Bunkai - Tips til Kata træning - Kumite Del 2 - Tips til Kumite træning. Med kommentar og citater fra bl.a. Shigeru Egami – Gichin Funakoshi - Mitsusuke Harada - Nagamine Shoshin - Hirokazu Kanazawa

.....

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Find de bedste bogpriser og alle anmeldelser af Shotokai Karate-Do af ... med Karate-Do. Ligesom i Shotokai Karate-Do vol. 1 vil jeg ... Kata Del 2 - Embusen og ...

Shotokai Karate-Do - Vol. 1 bog: I denne bog ses nærmere på begreber indenfor Karate, begreber som man normalt ikke ser i forbindelse med eksisterende ...

Shotokai Karate-Do - Vol. 2 Bogen indeholder personlige holdninger, livserfaring samt facts fra mere end 35 års Kampkunsterfaring. Uanset hvilken form for Kampkunst ...

SHOTOKAI KARATE-DO - VOL. 2

[Læs mere ...](#)