

Mots clés: telecharger Judo pratique ; du debutant à la ceinture noire pdf, Judo pratique ; du debutant à la ceinture noire mobi, Judo pratique ; du debutant à la ceinture noire epub gratuitement, Judo pratique ; du debutant à la ceinture noire torrent, Judo pratique ; du debutant à la ceinture noire lire en ligne.

Judo pratique ; du debutant à la ceinture noire PDF

Tadao Inogai



Ceci est juste un extrait du livre de Judo pratique ; du debutant à la ceinture noire. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Tadao Inogai
ISBN-10: 9782851805904
Langue: Français
Taille du fichier: 3926 KB

LA DESCRIPTION

"Ce manuel pratique de référence traite de tout ce qu'il est indispensable de connaître, de l'initiation à l'obtention de la ceinture noire. Véritable encyclopédie des techniques du judo, ce livre s'appuie sur trois classifications : celle, originelle, du Gokyo japonais, celle de la progression classique établie par la Fédération Française de Judo et celle en usage auprès des plus jeunes judokas. Avec 78 techniques de base, 100 enchaînements d'attaque et 77 techniques de contre-prise, il s'agit d'un document unique qui vous accompagnera tout au long de votre progression. Plus de 1200 dessins d'une qualité remarquable illustrent très précisément l'ensemble des techniques et des enchaînements décrits avec clarté par Roland Habersetzer. Tout le judo dans cet ouvrage incontournable, exhaustif, concret et très accessible."

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Judo pratique. Du débutant à la ceinture noire de Tadao Inogaï et Roland Habersetzer et un grand choix de livres semblables d'occasion, rares et de collection ...

Judo pratique : du débutant à la ceinture noire, suivant les progressions françaises et japonaise - Details

Ce manuel pratique de référence traite de tout ce qu'il est indispensable de connaître au judo, de l'initiation à l'obtention de la ceinture noire.

JUDO PRATIQUE ; DU DÉBUTANT À LA CEINTURE NOIRE

[Lire la suite...](#)