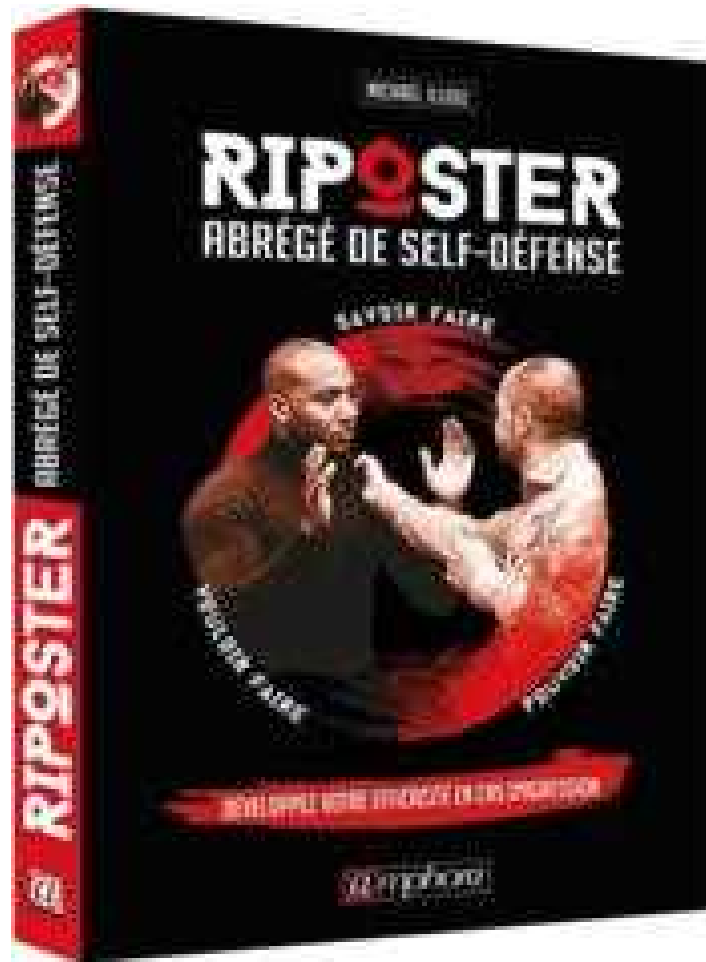


Mots clés: telecharger Riposter ; abrégé de self-défense pour tous ; développez votre efficacité en cas d'agression pdf, Riposter ; abrégé de self-défense pour tous ; développez votre efficacité en cas d'agression mobi, Riposter ; abrégé de self-défense pour tous ; développez votre efficacité en cas d'agression epub gratuitement, Riposter ; abrégé de self-défense pour tous ; développez votre efficacité en cas d'agression torrent, Riposter ; abrégé de self-défense pour tous ; développez votre efficacité en cas d'agression lire en ligne.

Riposter ; abrégé de self-défense pour tous ; développez votre efficacité en cas d'agression PDF

Illouz, Michael



Ceci est juste un extrait du livre de Riposter ; abrégé de self-défense pour tous ; développez votre efficacité en cas d'agression. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



DOWNLOAD PDF

Auteur: Illouz, Michael
ISBN-10: 9782851809605
Langue: Français
Taille du fichier: 3812 KB

LA DESCRIPTION

De plus en plus de citoyens s'intéressent à leur propre sécurité et se demandent comment réagir en cas de situation d'agression. Pour cela, il est important de comprendre les principes qui régissent le combat de rue, et sur cette base, se construire un arsenal personnel de techniques " qui marchent ". La self-défense s'inscrit dans une optique différente de celle des arts martiaux du point de vue de la finalité, et cela change la façon de s'entraîner. C'est l'objet même du programme de " Riposte ". Cet ouvrage propose aux pratiquants novices comme confirmés, des connaissances claires et des concepts pratiques faciles à mettre en oeuvre. Il s'agit non seulement de bien identifier la situation de danger mais encore d'y répondre avec efficacité.... Lire la suiteLe lecteur novice trouvera dans cet ouvrage des réponses génériques au plus grand nombre de situations, autant dans l'aspect psychologique que technique. Le lecteur confirmé aura quant à lui des directions tangibles pour améliorer sa pratique, adapter son entraînement et se perfectionner dans l'objectif de maximiser ses chances de réactions efficaces en cas d'agression dans la rue.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Prix cassés sur Self defense knuckles. Livraison gratuite, en stock. Acheter maintenant!

De plus en plus de citoyens s'intéressent à leur propre sécurité et se demandent comment réagir en cas de situation d'agression. Pour cela, il est important de ...

Le jeudi nous explorerons le Self défense en Kimono afin de développer la ... En effet seulement en cas d'agression ... une partie technique pour développer ...

**RIPOSTER ; ABRÉGÉ DE SELF-DÉFENSE POUR TOUS ; DÉVELOPPEZ VOTRE
EFFICACITÉ EN CAS D'AGRESSION**

[Lire la suite...](#)