## <<制暴防身格半大全>>

#### 图书基本信息

书名:<<制暴防身格半大全>>

13位ISBN编号:9787800603754

10位ISBN编号:780060375X

出版时间:1998-07

出版时间:学苑出版社

版权说明:本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介,请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com

## <<制暴防身格半大全>>

#### 书籍目录

#### 目录

- 一、徒手格斗中的防卫
- (一)头发被揪住的防卫
- (二)衣领被揪住的防卫
- (三)胸被抓后的防卫
- (四)手、手指、手腕被抓握后的防卫
- (五)肘、肩被控制后的解脱防卫
- (六)腰、腿被抱住后的防卫
- (七)颈、喉被锁掐后的防卫
- (八)裆、腹被抓、击时的防卫
- (九)头、面被击时的防卫
- (十)被摔、击倒地后的防卫
- 二、徒手格斗攻其要害
- (一)攻其头部
- (二)攻其咽喉(三)蹬踹腹部
- (四)击其胸肋
- (五)攻其腰部
- (六)抓踹其裆
- (七)扳拧关节
- 三、受凶器攻击时的防卫
- (一)受匕首、刀剑攻击时的防卫
- (二)受短枪威胁时的防卫
- (三)受斧子镰刀攻击时的防卫
- (四)受菜刀攻击时的防卫
- (五)受棍棒攻击时的防卫
- (六)受铁锹攻击时的防卫
- (七)受方凳攻击时的防卫
- (八)受酒瓶攻击时的防卫
- (九)受腰带攻击时的防卫
- 四、利用实物进行防卫
- (一)利用石块
- (二)利用提包
- (三)利用腰带
- (四)利用叠伞
- (五)利用衣服
- (六)利用棍棒
- (七)利用笤帚
- (八)利用椅凳
- (九)利用刀、勺碗、盆
- 五、女性防身自卫术
- (一)被搂抱时的防卫
- (二)被摸面、亲吻时的防卫
- (三)被摸裆、乳的防卫
- (四)被摔倒压身时的防卫

# <<制暴防身格半大全>>

## <<制暴防身格半大全>>

#### 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介,请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com