

柔术健身效果 柔术健身 巴西柔术健身

产品名称	柔术健身效果 柔术健身 巴西柔术健身
公司名称	保定市莲池区浩乾健身馆
价格	面议
规格参数	
公司地址	中国河北省保定市竞秀区复兴路与阳光北大街交叉口北行100米路东胡同尽头文武汇院内三楼浩乾武道馆AMJAcademy
联系电话	18631241608

产品详情

巴西柔术在真实的街头格斗中实用吗？

自卫缠斗术的批评者也宣称，MMA赛事中禁用的阴招，如口咬，抓裆，插眼等，明显削弱了缠斗的街头效用。无疑，这样的招数在在真实搏击中有一些作用，但人们不能高估阴招的地位。如果你的对手足够近到可以口咬或插眼，那么你也足够近到能用同样的招数对他。另外，你可以运用缠斗技术获得优势地位，从这里你的口咬或插眼会比他的更可怕。对付这样的残忍的招数，有许多对策。擅长缠斗的人能随时移动他的身体位置，在实战中保护自己易受伤的裆部和双眼。所以，对于有经验的缠斗士，这些阴招并不是真正的威胁，而仅仅是麻烦。

很可能，对缠斗做为自卫术最常见的抱怨就是，对付多个敌人时，缠斗是无用的。争论在于，在格斗现场，你锁住一位攻击者时，你相应的也被他锁住，你易被他的同伴攻击。这完全正确，缠斗技不能使你同时毁灭多个攻击者。巴西柔术没有宣称教授一种压倒大量攻击的方法。如果你被数量远远占优的敌人攻击，巴西柔术救不了你。作者的观点是，别的徒手格斗术也救不了你。武术界里充满了言过其实的宣传。最常见的一个就是，一个徒手的人能立刻击败众多咄咄逼人的危险攻击者。讽刺的是，许多放出大话的各派的高手当被放在综合武术比赛中检验实力时，被证明甚至完全没有能力战胜单个的攻击者。他们的宣传是幻想的，应存在于动作电影的范畴，而不是关于实战。

巴西柔术蓝带

一般被认为适合蓝带水平的招法。在训练和自卫的情况下，刻苦的初级学生能以这些动作贯彻全盘策略。因为我们在前面已经描述了巴西柔术背后的通用策略，我们知道，蓝带至少需要摔倒对手的技术，从不利位置解脱的技术，获得并保住优势位置的技术，一旦稳获优势位置，有效终结对手的技术。这正是本书试图提供的，一定要牢记，这些技术要与蓝带水平的人练习。

基本技术要求

自卫技术 5

投摔技 1

防守技能 1

降伏技 3

扫摔 2

解脱技 2

组合攻击 1

骑乘wei是有经验的地面斗士最值得追求的目标之一，尤其是在实战中。当一名斗士跨坐在对手胸上，双膝着地时，他就获得了骑乘wei。追求骑乘wei的理由很简单：从骑乘wei你可以重击对手而受不到对手切实的伤害。看一下下面的简单实验：骑上你的朋友，柔术健身效果，坐起，握拳，然后用你的拳头碰击你朋友的下颌。你很快就发现，除非你们两人身高悬殊，否则你朋友的拳头够不到你的下颌，而你能轻易打到他的。显然，如果你们两个人开始相互拳击，你会又决定性的优势。另外，柔术健身跑酷倒立，你会发现，你的拳向下打击，更有力，因为你从骑乘wei可以运用肩和腰的扭转加强发力；而你的对手，被压在你身下，却不能如此，因而他的拳击也软弱无力。除了能随心所欲拳击外，在上的人能运用许多降伏技攻击，而在下的人几乎没有真正的机会运用他的降伏技。因此，获得骑乘wei的人有大的可怕的优势。一个人在上控制对手的方法有多种。一只手臂抱住对手的头，另一只手外开撑地，柔术健身，创造出一个稳固的基础，柔术健身房教练轮，使对手很难滚翻解脱。如果对手穿着上衣，一只手抓进衣领里，就能以各种窒息术威胁他。

柔术健身效果-柔术健身-巴西柔术健身(查看)由保定市莲池区浩乾健身馆提供。行路致远，砥砺前行。保定市莲池区浩乾健身馆(www.tz1288.com)致力成为与您共赢、共生、共同前行的战略伙伴，更矢志成为教育、培训具影响力的企业，与您一起飞跃，共同成功!