

# 巴西柔术比赛 巴西柔术训练馆 乐亭柔术比赛

产品名称	巴西柔术比赛 巴西柔术训练馆 乐亭柔术比赛
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，乐亭柔术比赛，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。

### 巴西柔术的起步训练

我们已经详细介绍了巴西柔术的理论和历史。现在需要谈更多关于训练的问题，

一，为了取得更快的进步，人们如何合适地开始训练。许多人在开始巴西柔术训练前，有其他缠斗术，如柔道、桑搏或摔跤的功底。这当然使起步训练容易了许多。然而，对其他人，开头要更困难，因为他们没有缠斗经验。这类人刚开始训练可能会遇到许多问题。首先，你需要一个训练同伴。巴西柔术不能单独练习（尽管它有许多你能单独做的有价值的训练和动作）。强烈推荐你在垫上练习，避

免损伤身体。

二，在巴西柔术的学校，我希望在班上得到什么？很明显，不同的人用不同的方式上课，尽管如此，大部分学校共用一种差不多的训练模式。上课前先做热身抻拉运动和热身操。在有些学校，巴西柔术比赛，这一段很轻松；然而，在别的学校，这是长而艰苦的锻炼。接着站立练习一段时间的投摔和抱摔，接下来是课程的重点----技术演示和地面缠斗技术练习。再接下来是实战训练。这种开放式自由对摔。这种开放式自由对摔以跪姿开始，这样学生们就能全神贯注于地面训练。

学习巴西柔术是发展和品德的一种方式。这使人在各种情况下不会丧失立场。柔术教会你毅力，因为很大程度上发展技术需要花费大量的时间和努力。没有比巴西柔术的训练更需要谦虚的。开始，你会被训练早的人轻易打败。这可能是令人伤心的经历，尤其是你自视甚高时。你很快就学到没有能取代努力和汗水的秘密技术，努力工作的人生观就渐渐形成了。

刻苦练习柔术带来的一个重要的特征就是它教会学生从本质上判断别人的能力，而不是从表面。当我们看待潜在敌手或对手时，我们常被不重要的表象误导。例如，我们期望一个危险的对手会有这样的特征：强壮的体型，丑陋的面容，咄咄逼人的举止。然而，这些只是表象，并不是对格斗能力的可靠指导。巴西柔术训练会教会你透过这些不重要的表象，根据他的实际能力判断对手。你很快就学到有些外表温柔的人在垫上是可怕的人，有些看起来可怕的人却易于打败。

也许巴西柔术学习带来的最重要的经验就是，用策略解决问题，而不是用粗暴的力量和攻击。为了在训练和比赛中获胜，国际柔术比赛，你必须克服许多问题，因为对手会全力阻止你获胜的努力。开始，巴西柔术比赛 称重，你会只用力量克服。面对更有技术的对手，这必然失败。为了获胜，你一定会运用柔术的策略和技术。在运动中，有巨大的解决问题的成就感。对于缠斗情况的每个问题，都有合理的解决方法。你可能常常感觉，格斗如同物理一样充满智慧。你一定用策略和招数克服实际问题。

所以，学习巴西柔术有许多益处。远不止是学格斗。如同其他武术，除格斗外，它还对品行有众多积极的影响。

巴西柔术比赛-巴西柔术训练馆-乐亭柔术比赛由保定市莲池区浩乾健身馆提供。保定市莲池区浩乾健身馆（[www.tz1288.com](http://www.tz1288.com)）在教育、培训这一领域倾注了无限的热忱和热情，浩乾健身馆一直以客户为中心、为客户创造价值的理念、以品质、服务来赢得市场，衷心希望能与社会各界合作，共创成功，共创辉煌。相关业务欢迎垂询，联系人：齐经理。