

# 擒拿.解脱.反擒拿



[擒拿.解脱.反擒拿 下载链接1](#)

著者:舒建臣

出版者:

出版时间:2009-1

装帧:

isbn:9787564400859

《擒拿解脱反擒拿》主要内容：擒拿术是武术踢、打、摔、拿四大技击术的一个组成部分，作为中华武术宝贵的文化遗产之一，擒拿术具有较明显的技击防卫作用，因而受到人们的喜爱。在《擒拿解脱反擒拿》中将擒拿术分为擒拿、解脱和反擒拿三个部分介绍。擒拿是实施技术擒住对手，解脱是针对对手的实施擒拿法予以解脱，反擒拿是根据对对手的拿技予以反擒，或在解脱对手的拿技后随即予以反擒。

作者介绍:

目录:

[擒拿.解脱.反擒拿 下载链接1](#)

标签

评论

---

[擒拿.解脱.反擒拿 下载链接1](#)

书评

---

[擒拿.解脱.反擒拿 下载链接1](#)