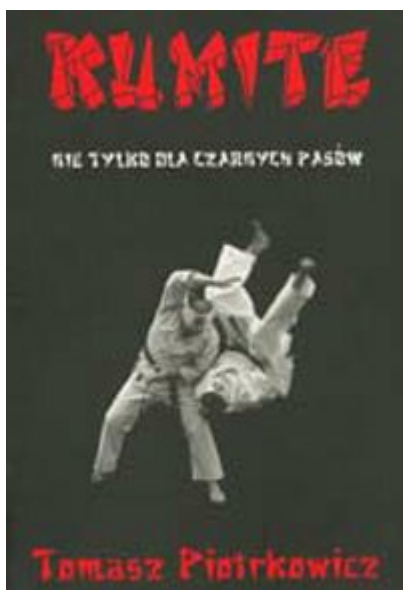


Kumite nie tylko dla czarnych pasów

Kategoria:



Nr katalogowy: **G0005**

Cena: **32.00 PLN**

Dostępność: **Brak w magazynie**

[Zobacz produkt w sklepie](#)

Kompendium wiedzy o walce, jej odmianach, przepisach sportowych i samoobronie. Setki przykładów ataków i obron ilustrowane ponad tysiącem rysunków i fotografii. Obrona przed poszczególnymi atakami nogą i ręką według różnych szkół walki, metody obezwładnień, techniki kopnięć w powietrzu, samoobrona przed kilkoma przeciwnikami. Zdjęcia obrazujące historię polskiego karate i drogę karate-do autora. "Biblia kumite" dla wszystkich adeptów sztuk walki, bez względu na uprawiany styl. 136 stron.