

Librería
Bonilla y Asociados
desde 1950



Título: Marco Ruas Vale Tudo

Autor: Ferretti Davide

Precio: \$195.00

Editorial:

Año: 2008

Tema:

Edición: 1ª

Sinopsis

ISBN: 7503008585270

Davide Ferretti, representante europeo del Ruas Vale-Tudo System, nos muestra la metodología técnica y táctica del Vale-Tudo brasileño original en este excelente trabajo didáctico, ordenado y preciso. Considerando en cada capítulo todas las situaciones que pueden darse, estudiaremos la guardia, los golpes de puño fundamentales, las acciones técnico-tácticas (series de golpes directos, cambio del eje del combate, golpes directos retrocediendo, Pressing, defensas mediante esquiva y contraataque, golpes de encuentro y bloqueos y contraataques), las combinaciones puño-patada y puño-codo-rodilla, el cierre de la distancia y los Takedowns, la lucha cuerpo a cuerpo y el trabajo en el suelo. Un completísimo trabajo para conocer la llave del éxito de este excepcional sistema de combate.