

MOVES E  
APLICACIONES  
TÉCNICAS DE DEFESA PESSOAL

RICK CLARK

LUTA POR  
**PONTOS**  
de  
**PRESSÃO**

INSTRUÇÕES SIMPLES E PASSO A PASSO  
DE COMO E QUANDO UTILIZAR A LUTA  
POR PONTOS DE PRESSÃO A SEU FAVOR

武道



# Resumo de Luta por Pontos de Pressão

Os estudantes de artes marciais asiáticas sentiam que faltava algo nas técnicas de defesa pessoal: o conhecimento dos pontos vitais do corpo. Baseado nesta necessidade, Rick Clark elaborou Luta por pontos de pressão.

um guia prático que mostra o que são esses pontos, onde estão, como encontrá-los e como reconhecê-los no kata e em outras práticas de luta marcial. Rick Clark oferece uma introdução a esse conhecimento e às ferramentas necessárias para aproveitar melhor as técnicas já utilizadas – que não dependem da aceitação dos princípios da medicina chinesa tradicional ou da medicina ocidental moderna.

Luta por pontos de pressão é um guia de fácil compreensão, rico em ilustrações, que explica as principais técnicas de defesa pessoal ao unir conhecimentos milenares com práticas contemporâneas.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)