

۲۰۶۸۲۵۲

مبانی دفاع شخصی

و حفاظت

www.ketab.ir

نویسندگان :

عادل شیرازی

عارف شیرازی

شناسنامه کتاب

نام اثر : مبانی دفاع شخصی و حفاظت
نویسندگان : عادل شیرازی، عارف شیرازی
سال نشر : ۱۳۹۸
قیمت : ۲۰۰۰۰ تومان
نشر : صفرتا صند
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۶۷۷۰-۱۹-۴
شمارگان : ۱۰۰۰ جلد

سرشناسه : شیرازی، عادل، ۱۳۷۰ -
عنوان و نام پدیدآور : مبانی دفاع شخصی و حفاظت / نویسندگان عادل شیرازی، عارف شیرازی.
مشخصات نشر : نشر صفرتا صند، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری : ۶۰ ص. مصرع (بیشتر رنگی).: ۵/۱۴×۵/۲۱ سم.
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۶۷۷۰-۱۹-۴
وضعیت فهرست نویسی : فیبا
یادداشت : کتاب حاضر قبلاً با عنوان " مبانی دفاع شخصی و حفاظت شامل : تکنیک‌های چهره‌خوانی و شخصیت‌شناسی " توسط انتشارات مینوفر در سال ۱۳۹۵ منتشر شده است.
عنوان دیگر : مبانی دفاع شخصی و حفاظت شامل : تکنیک‌های چهره‌خوانی و شخصیت‌شناسی.
موضوع : دفاع از خود
موضوع : Self-defense
شناسه افزوده : شیرازی، عارف، ۱۳۷۲ -
رده بندی کنگره : GV۱۱۱۱
رده بندی دیویی : ۶۶/۶۱۳
شماره : ۵۹۲۷۵۷۳
کتابشناسی ملی :

پیش گفتار :

مولفین این اثر آقایان عادل و عارف شیرازی که از متخصصین مهندسی معدن هستند ، دارای تخصص رزمی و یکی از اساتید نام آشنای دفاع شخصی نیز می باشند . ایشان از افرادی با تسلط بر امر حفاظت بوده و پروژه های زیادی را اعم از دولتی و خصوصی را انجام داده اند و در کارگاه های مهمی در امور فوق الذکر مدرس بوده اند . هم اکنون تخصصی به آموزش دفاع شخصی و حفاظت پرداخته . این اثر مقدمه ای بر اموری است که هر فرد علاقه مند قبل از ورود به این عرصه میبایست دیدی به آن داشته باشد .

از دیگر آثار ایشان می توان به سری ریدئو های دفاع شخصی ، متون تالیفی نقاط حساس بدن ، مقدمه ای بر انعطاف پذیری و ... اشاره داشت .

برای هرگونه ارتباط با ایشان و شرکت در کلاس های دفاع شخصی با وی در ارتباط باشید .

۰۹۱۲۸۰۶۲۵۶

۰۹۱۲۸۰۳۵۴۴۸

عادل شیرازی

www.AdelShirazy.ir

فهرست مطالب

فصل اول : مبانی دفاع شخصی ۱

۱- تعاریف ۲

۲- دفاع شخصی ذهن ۳

۳- سلاح بسازید ۸

۲- نقاط حساس بدن ۹

فصل دوم : مبانی شخصیت شناسی و چهره شناسی ۱۵

۱- شکل هر شخصیت ۱۶

۲- چهره خوانی ۲۲

۳- نکات عمومی ۳۵

فصل سوم : مبانی حفاظت ۳۸

۱- تعاریف ۳۹

۲- کلیات یک محافظ ۴۰

۳- انواع مراحل یک حادثه و یا یک بحران ۴۵

۳- حریم و دید ۴۹

۴- بررسی افراد ۵۱

۵- نکات مهم در حفاظت ۵۵