

PROTEGERTE O NO TÚ DECIDES

**ESTRATEGIAS DE AUTOPROTECCIÓN
Y DEFENSA PERSONAL**



CARLOS PROAÑO PROAÑO

Carlos Proaño Proaño

Protegerte O No, Tu Decides: Estrategias de Autoprotección y Defensa Personal (Spanish Edition)



[continue reading](#)

Este libro es para ti si... Te lo digo en serio, si muchas personas que engrosan la lista de fallecidos por ataques violentos hubiesen conocido las técnicas de Autoprotección que te muestro en este libro, seguramente ahora estarían gozando de la vida que merecían.. Y eso es justo lo que te muestro en este libro: Las diferencias entre Artes Marciales, Defensa Personal y Autoprotección. Como ves, no te hablo de casos raros ni de situaciones extrañas. Por desgracia, se tratan de hechos que sufrimos o conocemos a personas que lo sufren a diario en nuestra vida y no sabemos qué solución darle. Bueno, hasta ahora. Has sido víctima de malos tratos o bullying alguna vez o quizá a diario o conoces a alguien que lo sufre.. Te espero dentro. Verás, existe la creencia, bastante extendida entre las personas, de que para saber reaccionar ante un ataque o agresión, con saber practicar Artes Marciales sera más que suficiente. Yo he cumplido mi parte del trato, ahora te toca a ti decidir si quieres vivir en constante riesgo o con la tranquilidad absoluta de estar protegido/a en todo momento. Puede que estés pensando que quizá sabiendo manejar técnicas de desarme de Defensa Personal tienes solucionado el asunto de preservar tu integridad física, no del todo, ya que entras en un combate y puedes salir perdiendo. ¿Entonces qué hacer? Practicar la Autoprotección. Consideras que vivirías mejor si conocieses alguna estrategia de autodefensa para reaccionar ante cualquier ataque violento. Cómo eludir cualquier intento de ataque violento. Por qué, a diferencia de las Artes marciales o la Defensa Personal, con la Autoprotección no sera imprescindible gozar de una forma física envidiable, ya que aplica tanto para niños, jóvenes, adultos y hasta personas ancianas. Vives en un lugar donde la inseguridad ciudadana, la violencia cultural y los actos delictivos child el pan de cada día. Pues déjame decirte que no es así y que ni el Karate, ni el Judo, ni el Taekwondo, ni tan siquiera las Artes Marciales que se engloban en la UFC te servirán para repeler y atajar un ataque violento. Protegerte o No, sera tu Decisión... Así es, porque te he escrito este libro a ti, sí a tí, que necesitas saber la solución EXACTA que te permita vivir una vida en paz y protegido/a y no solo tú, sino también los que te rodean...



[continue reading](#)

! Five Stars gran libro, muy necesario en estos tiempos donde protegerte sera vital!!!Five Stars
Excelente libro, 100% recomendado..



[continue reading](#)

download Protegerte O No, Tu Decides: Estrategias de Autoprotección y Defensa Personal (Spanish Edition) e-book

download free Protegerte O No, Tu Decides: Estrategias de Autoprotección y Defensa Personal (Spanish Edition) fb2

[download free All About Grandpa Memory Journal: \(I didn?t know that about you\) Prompted Journal for Grandpa \(Volume 4\) txt](#)

[download free Angel for Higher fb2](#)

[download free Gratitude Journal For Kids: Fun Personalized Gratitude Journal For Kids, 7.5" x 9.25"\(19.05 x 23.5 cm\),100 pages, Durable Softcover \(Green\) ebook](#)