

## **L'Auto-Défense-autodéfense**

Type de contenu : Texte

Type de médiation : sans médiation

Type de support : Volume

Titre(s) : L'Auto-Défense-autodéfense : [légitime défense et assistance à personne en danger . Tome 1] / Joël Fautous

Auteur(s) : Fautous, Joël (1978-....)

Publication : [St Jean de Luz] : FMADDA (association), DL 2020

Description matérielle : 1 vol. (211 p.) : ill. ; 21 cm

ISBN : 978-2-9569809-0-2

EAN : 9782956980902

Titre de couverture : [L'Auto-Défense-autodéfense. légitime défense et assistance à personne en danger.]

Classification décimale Dewey : 796.81

Note sur le titre et les responsabilités : La couverture porte en plus : "Guide pragmatique"

Note sur la publication, la production, etc. : FMADDA = Fédération mondiale de l'auto-défense et disciplines associées

Résumé ou extrait : Tome 1: Présenté par Joël Fautous, Président de la Fédération Mondiale de l'Auto-Défense/autodéfense et Disciplines Associées. La méthode est inspirée du combat ancestral et militaire d'où ont été retirées les techniques destructrices et mortelles, tout en créant des raccourcis simples et logiques pour atteindre la cible à mains ouvertes. Le principe est d'attaquer les réflexes naturels, les failles du cerveau et du corps humain, tout en minimisant les dommages corporels. Si défendre sa vie, ainsi que celle d'autrui est un droit et un devoir, cependant nous n'avons pas le droit de faire n'importe quoi. Il est irréfutable que notre cerveau est conditionné par la société, par tout ce que l'on voit et entend: par exemple le cinéma, certains arts et sports de combat, aux techniques spectaculaires « mais qui sont hélas inadaptés au vice de la rue et surtout au cadre légal ».

Sujet - Nom commun : Autodéfense

Combat corps à corps

Forme, genre ou caractéristiques physiques : Guides pratiques