

華麗なアクション
シーンを演じる



ファンジェリーナ・ジョリー、
ジェニファー・ロペス、
「ルーシー・リュー」などの
ハリウッド女優たちも
クラヴマガのトレーニ
ング
経験者です。

TATSUMI MOOK

手の動き、足の運び、
身体の使い方などを
わかりやすく



図解!

あらゆる場面に対応!

殴りかかれたとき ケリを入られたとき
押し倒されそうとき ナイフで襲われたとき
胸ぐらを掴まれたとき 首を絞められたとき
痴漢に遭遇したとき

監修 クラヴマガ・ジャパン 松元國士

**基本をしっかり
フォロー!!**

スタンス・ストレートパンチ・
掌底・エルボー・キック・ヒザ蹴り



CIA・FBI・LAPD特殊部隊での指導実績を持つ
クラヴマガ・ジャパン代表
松元國士・完全監修

誰も教えてくれない 護身術

誰も教えてくれない
護身術

誰も教えてくれない
護身術



松元國士(まつもと くにし)

クラヴマガ・ジャパン
代表取締役会長兼CEO
ジャパン チーフインストラクター
ワールドワイドリードインストラクター
ブラックベルト3段保有

FBI・CIA・LAPD・シークレットサービス・米軍特
殊部隊など世界各国で数多くの軍特殊部隊、
法執行機関に対する指導にあっているアジア
人初のクラヴマガ・インストラクター。1998年に
米国でクラヴマガを開始、クラヴマガ ワールドワ
イド チーフインストラクターのダレン・レバインに
師事。2001年12月イスラエルにてアジア人初
のクラヴマガ・インストラクターの資格を授かる。
2002年にはクラヴマガ ワールドワイドよりリード
インストラクターに任命され、同年10月から帰国
してクラヴマガ・ジャパン設立。日本におけるクラ
ヴマガの普及活動を開始。

クラヴマガ・ジャパン
<http://www.kravmaga.co.jp/>

雑誌 66117-54 タツミムック

定価：本体 650円 + 税

©Tatsumi Publishing 2016
Printed in Japan 印刷所 凸版印刷株式会社

ISBN978-4-7778-1737-5
C9475 ¥650E

辰巳出版