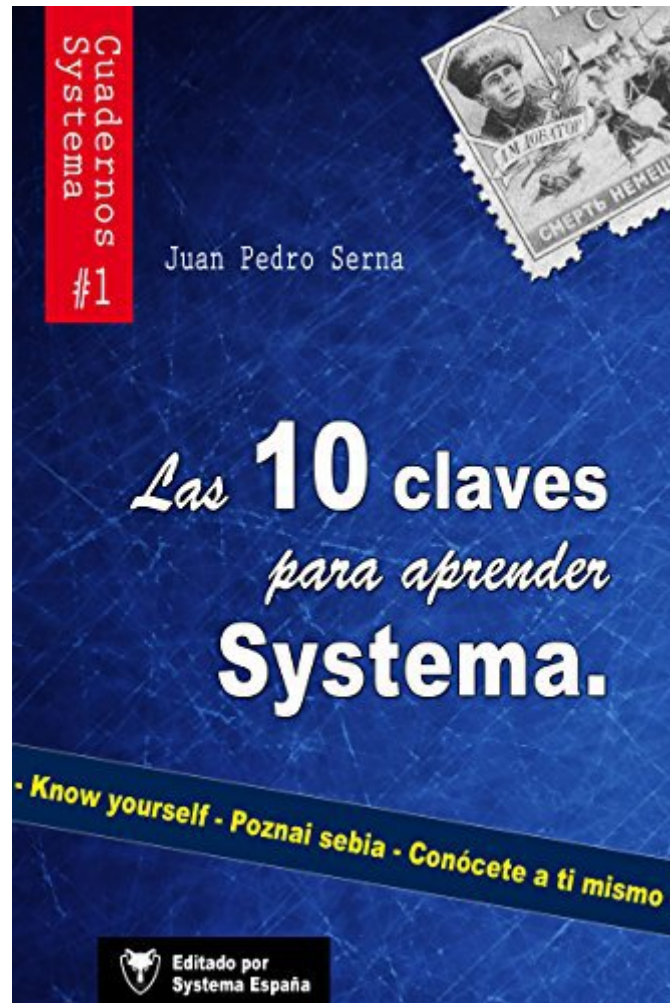


## Las 10 claves para aprender Systema (Cuadernos de Systema)



Fecha de publicación: 30 noviembre, 2011

Editor: Systema España

Autor: Juan Pedro Serna

Longitud de impresión: 25

Idioma: Español

PDF

Primera entrega de una serie de monografías sobre el arte marcial ruso Systema. "Cómo aprender Systema" es una visita guiada a la filosofía de aprendizaje de esta disciplina, de la que se beneficiarán tanto alumnos como instructores. De forma amena y concisa, el autor ayuda a reconocer actitudes que limitan el aprendizaje, y aporta material para la reflexión personal. Aunque este libro está dirigido a la comunidad de Systema, su contenido resultará también de interés a practicantes de otras artes marciales. [5.404 palabras]

<http://yep.pm/un8L2hUi5/VPwygvUAy.pdf.rar>