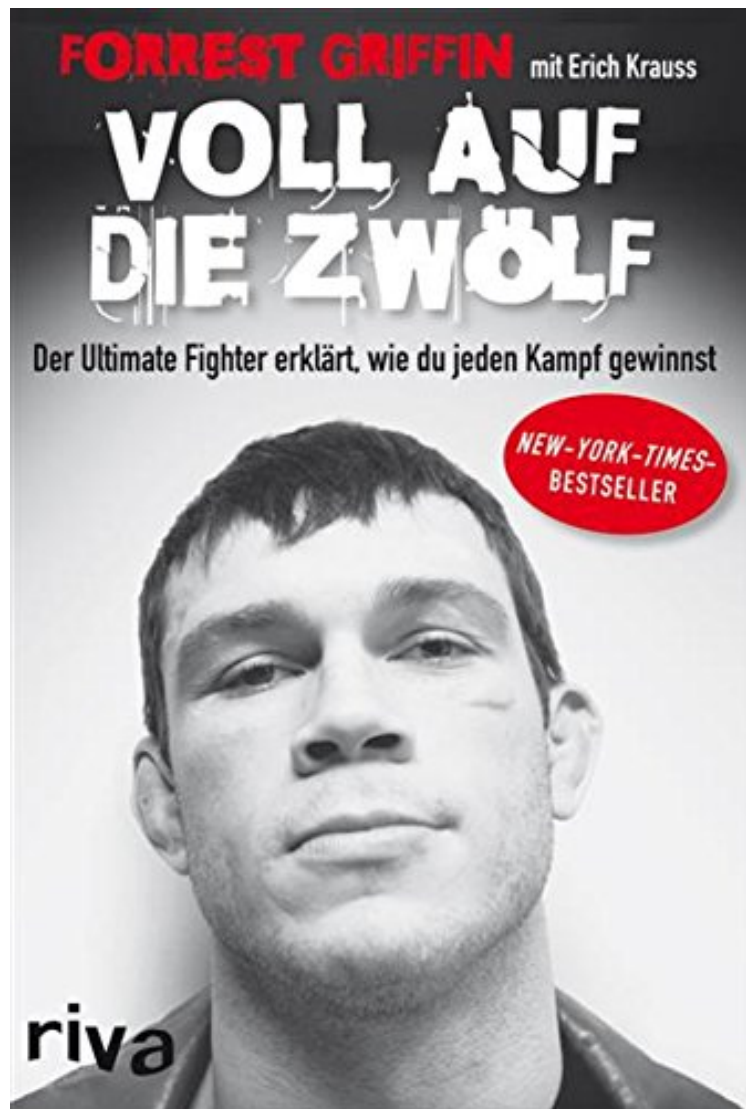


(Download) Voll auf die Zwlf: Der Ultimate Fighter erklrt, wie du jeden Kampf gewinnst

Voll auf die Zwlf: Der Ultimate Fighter erklrt, wie du jeden Kampf gewinnst

Von Forrest Griffin

audiobook / *ebooks / Download PDF / ePub / DOC



[Download](#)

[Read Online](#)

Produktinformation -Verkaufsrank: #194374 in eBooksVerffentlicht am: 2012-04-04Erscheinungsdatum: 2012-04-04File Name: B007TD7SW4 | File size: 68.Mb

Von Forrest Griffin : Voll auf die Zwlf: Der Ultimate Fighter erklrt, wie du jeden Kampf gewinnst before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Voll auf die Zwlf: Der Ultimate Fighter erklrt, wie du jeden Kampf gewinnst:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Gutes Buch einer MMA-LegendeVon Simon RichertNachdem es wirklich nicht sonderliche viele Bcher speziell ber das Thema MMA in Deutsch gibt, habe ich mir auch dieses Buch bestellt. Es hat unglaublich Spa gemacht das Buch zu

lesen und es hat mich sehr unterhalten. Mann muss allerdings differenzieren, welche Themen für einen selbst relevant und hilfreich sind und welche nicht. Die Techniken sind allerdings alle samt sehr gut! 7 von 7 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Entspricht eher dem Titel, nicht dem Untertitel Von Link Nun, Vorweg, das Buch erklärt NICHT wie man jeden Kampf gewinnt. Zumindest aber ist es auf einem sehr guten Weg dahin. Techniken um mentale Stärke und Willenskraft aufzubauen genau wie Techniken, die die Schmerzgrenze versetzen liest man nur zwischen den Zeilen. Insofern gebe ich nur drei Sterne, da der Untertitel irreführend ist. Positives kann ich an dem Buch lassen, dass es sehr unterhaltsam ist und Forrest einen mit seinem Buch durchaus motiviert, da er aus seinem eigenen, oft harten Leben erzählt und man sich denkt, was man doch selbst so alles hat, was er nie hatte. Andererseits fällt er auch Seiten mit Männlichkeitstest und der Definition von Lackaffen, was zwar alles ziemlich lustig ist, aber nicht wirklich dazu dient, einen Kampf zu gewinnen. Im Technikteil, der 42 Tipps zum Kämpfen enthält werden einige gute Techniken gezeigt und Basics erklärt. Das hätte ich gar nicht erwartet, aber gut, besser zu viel als zu wenig. Letzten Endes bin ich froh, das Buch gelesen zu haben. Wer sich dafür interessiert, sucht bei YT einfach mal nach Forrest Griffin und sieht sich seine Kämpfe an. Sein Stil ist genau wie sein Schreibstil: Viel grob austeilen und mit fettem Grinsen einstecken können. Irgendwie bewundernswert. 2 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Was für ein Schrott Von Elbow Beim lesen des Buches dachte ich es hat ein Kleinkind oder ein Vollidiot geschrieben. Ich dachte es geht um die Psyche eines Kampfsportlers, wie man sich mental auf einen Kampf vorbereitet. Darum gehts ja auch zeitweise aber das Niveau ist echt sehr niedrig. Einziges Plus, ein Paar Kampftricks am Ende des Buches. Es liest sich ansonsten recht zig bedient sich aber einer Gossensprache die ich für unangebracht empfinde. Für mich war es leider rausgeschmissenes Geld.

Kurzbeschreibung Forrest Griffin ist kein Kampfkünstler, er ist eine Kampfmaschine. Zudem ist er ziemlich durchgeknallt und hat ganz eigene Ansichten vom Leben und Kämpfen. In diesem Buch erklärt der erfolgreiche Mixed-Martial-Arts-Profi, wie man ein mental und körperlich starker Fighter werden kann, und präsentiert eine Vielzahl erprobter Nahkampftechniken für die Prägelei auf der Straße und den Free-Fight-Kampf im Oktagon. textico.de Forrest Griffin hat eine verdammt grobe (Macho)-Klappe. Darf er haben, schließlich zählt er zu den besten Mixed Martial Arts (MMA) Kämpfern der Welt. MMA, das sind die Art von Kämpfen, die in Deutschland wegen ihrer Brutalität nicht mehr gezeigt werden dürfen. berfighter Griffin will jetzt aus uns Weicheiern Männern (genau genommen "Kämpfer") machen. Zu diesem Zweck hat er das Buch Voll auf die Zwölf: Der Ultimate Fighter erklärt, wie du jeden Kampf gewinnst geschrieben, was so etwas wie eine schriftliche Standpauke mit zahlreichen Ohrfeigen und Tritten und viel Anschreien ist. Plus Gossenphilosophie. Fightclub für Softies, die kämpfen (und gewinnen) wollen. Man könnte Griffins Vorgehensweise aus Tipps, Tricks und Anleitungen zum Kerl-Werden auch als Neanderthaling bezeichnen: wirf alles über Bord, was unsere Zivilisation seit der Steinzeit mit dem Mann angestellt hat und du kommst da hin, wo Griffin bereits auf Dich wartet. Nach Prügelein und Schwächlinge beschimpfen sind Frauen sein Lieblingsthema, das er grtenteils unter der Grtellinie behandelt. Darüber hinaus liefert er Kämpfer-Tipps zum "Physischen", zum "Mentalen", gibt guten Rat, erläutert das Geschäftliche und wartet mit 42 Kampftipps auf und bietet am e sogar den Schlüssel zu seinem Tresor mit supergeheimen Techniken an. Was das Kämpferische angeht, sind seine Tipps in der Welt der MMA sicher hilfreich und lassen sich durch Trainings wie mit Training für Warrior: Das ultimative Kampfsport-Workout noch verbessern. Im Alltag sollte man, wenn man nicht gerade Griffin heit oder sonst wie erfolgreicher MMA-Kämpfer ist, sehr vorsichtig damit sein, weil man dann schnell mal eins voll auf die Zwölf bekommt oder einfach im Knast landet. Es heißt ja, "Was uns nicht umbringt, macht uns härter". Nun, wer die Lektüre von Griffins Voll auf die Zwölf erlebt, kann Einiges einstecken. Das allein qualifiziert dann schon als knallharter Typ. --Wolfgang

Tre/textico.de Rezension Forrest Griffin hat eine verdammt grobe (Macho)-Klappe. Darf er haben, schließlich zählt er zu den besten Mixed Martial Arts (MMA) Kämpfern der Welt. MMA, das sind die Art von Kämpfen, die in Deutschland wegen ihrer Brutalität nicht mehr gezeigt werden dürfen. berfighter Griffin will jetzt aus uns Weicheiern Männern (genau genommen "Kämpfer") machen. Zu diesem Zweck hat er das Buch Voll auf die Zwölf: Der Ultimate Fighter erklärt, wie du jeden Kampf gewinnst geschrieben, was so etwas wie eine schriftliche Standpauke mit zahlreichen Ohrfeigen und Tritten und viel Anschreien ist. Plus Gossenphilosophie. Fightclub für Softies, die kämpfen (und gewinnen) wollen. Man könnte Griffins Vorgehensweise aus Tipps, Tricks und Anleitungen zum Kerl-Werden auch als Neanderthaling bezeichnen: wirf alles über Bord, was unsere Zivilisation seit der Steinzeit mit dem Mann angestellt hat und du kommst da hin, wo Griffin bereits auf Dich wartet. Nach Prügelein und Schwächlinge beschimpfen sind Frauen sein Lieblingsthema, das er grtenteils unter der Grtellinie behandelt. Darüber hinaus liefert er Kämpfer-Tipps zum "Physischen", zum "Mentalen", gibt guten Rat, erläutert das Geschäftliche und wartet mit 42 Kampftipps auf und bietet am e sogar den Schlüssel zu seinem Tresor mit supergeheimen Techniken an. Was das Kämpferische angeht, sind seine Tipps in der Welt der MMA sicher hilfreich und lassen sich durch Trainings wie mit Training für Warrior: Das ultimative Kampfsport-Workout noch verbessern. Im Alltag sollte man, wenn man nicht gerade Griffin heit oder sonst wie erfolgreicher MMA-Kämpfer ist, sehr vorsichtig damit sein, weil man dann schnell mal eins voll auf die Zwölf

bekommt oder einfach im Knast landet. Es heißt ja, "Was uns nicht umbringt, macht uns härter". Nun, wer die Lektüre von Griffins Voll auf die Zwölf überlebt, kann Einiges einstecken. Das allein qualifiziert dann schon als knallharter Typ. --Wolfgang Tre/textico.de