

为了避免受害

请注意下列点！

在步行时、别操作移动电话或听音乐
(为了没忘记观察周围的变动)

走路时,该使用明亮和有人来往的街道



该留意四周到锁了门为止



也该留意背后



远离危险的地方

The art of self-defense

自卫的手法

大声喊叫或吹警报器,逃离



踏上敌人的脚,逃跑



咬敌人,逃跑



打上敌人的鼻子,逃跑



用自己的肘相打敌人的,逃跑



自卫的手法是“自己保护本身”,能避免危险,
不会受害,防止损害至最低程度.