

# Использование верёвки с узлами в уличной самозащите



Верёвка с узлами

Из всех видов гибкого оружия, используемого в классическом Кобудо («сурутти», «матрики-кусари» и т.д.), техника работы с верёвкой наиболее сложна и интересна. Помимо нанесения хлёстких ударов, блоков, петлевых захватов, бросков, верёвка используется для связывания противника (ходзэ-дзюцу). Из куска прочной (лодочный трос) верёвки длиной 1,50 метра можно соорудить прекрасное средство самозащиты, завязав крепкие узлы через каждые 20 сантиметров.

Общая длина верёвки с узлами должна составлять 1,23 – 1,25 м.



- в сложенном состоянии длина верёвки 65 – 67 см.

## 1. Боевые стойки с верёвкой:



базовая стойка, горизонтальный хват



базовая боевая стойка



боковая стойка, диагональный хват

## 2. Блоки с верёвкой:



верхний блок



от удара сверху в голову



нижний блок



от удара ногой в корпус



боковой блок



защита от удара ножом сбоку в голову



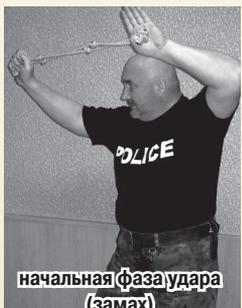
нижний диагональный блок



защита от удара ножом сбоку в корпус

## 3. Защита от удара ножом сверху:

### 3.1. Круговой удар верёвкой (горизонтальный):



начальная фаза удара (замах)



горизонтальный удар в голову



в корпус

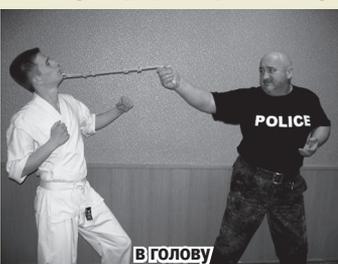


в бедро

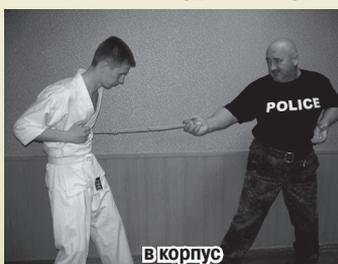
### 3.2. Щёлкающий удар (по принципу выполнения «уракэн-учи»):



начальная фаза удара



в голову



в корпус



в пах



после нанесения удара обратным отдёргивающим действием возвращаем верёвку в исходное положение

Фокусировка акцентированного удара на среднем узле верёвки

## 4. Практические связки с использованием верёвки с узлами:

### 4.1. Защита от удара палкой сверху



И.П. — боевая стойка



С шагом правой ноги, противник наносит удар палкой сверху в голову. С шагом левой ногой вперёд; влево, выполняем (движением разрыва) верхний блок верёвкой



уводя (сбивая) вооружённую палкой руку противника вовнутрь линии атаки вправо



наносим мощный прямой удар правой рукой в голову противника



С шагом левой ногой вперёд, набрасываем верёвку на шею противника, сближаясь с ним



поворачиваясь спиной к противнику, фиксируем шею удушающим петлевым захватом

### 4.2. Защита от удара ногой снизу в корпус (живот):



И.П. — боевая стойка



противник наносит удар ногой в живот, с шагом правой ногой назад выполняем (движением разрыва) верёвкой мощный блок и проводим петлевой захват стопы



выполняем рывок захваченной ноги назад; вправо, выводя противника из равновесия



отпускаем захваченную верёвкой ногу противника и на встречном движении вперёд наносим мощный круговой удар правым локтем в голову противника

### 4.3. Защита от удара ножом сверху:



И.П. — боевая стойка



противник наносит удар ножом сверху, с шагом левой ногой вперёд; влево проводим верхний блок под вооружённую ножом руку противника, останавливая её



проводим петлевой захват вооружённой руки, набрасывая верёвку справа-налево, наносим удар стопой в пах



подставляя локоть правой руки под захваченную руку противника, с шагом правой ноги выполняем болевой приём



опрокидывая противника вниз, наносим добавочный удар ногой

### 4.4. Защита от удара ножом снизу-сбоку в корпус:



И.П. — боевая стойка



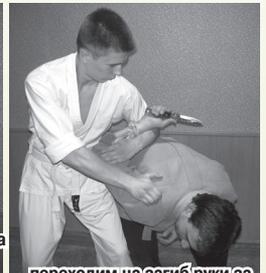
противник наносит удар ножом снизу-сбоку; с шагом правой ногой назад выполняем диагональный блок верёвкой, останавливая вооружённую ножом руку



выполняем петлевой захват, левой рукой сверху-вниз набрасывая верёвку, крепко затягивая петлю, наносим расслабляющий удар внутренним ребром стопы по голени ноги противника (или в пах)



проводим болевой приём на локтевой сустав руки противника (задержание «рывком»)



переходим на загиб руки за спину, проводя жёсткий болевой контроль

Приведённые выше способы самозащиты с использованием верёвки с узлами – не догма, используйте свои наработанные навыки боя без оружия.

Перед изучением техники самозащиты с верёвкой желательно иметь навыки способов обезоруживания без применения подручных средств, блокирующей и ударной техник. На тренировках используйте пояса от «кимоно». За отсутствием верёвки с узлами, можно с успехом использовать ремень, пояс от плаща, шарф, собачий поводок. Отрабатывать ударную технику с верёвкой целесообразней на боксёрских мешках, «грушах», боксёрских лапах, на подвешенных пластиковых бутылках с водой. Технику захватов отрабатывайте с партнёром очень осторожно, особенно удушающих. В «полный контакт» петлевые захваты отрабатывайте на борцовских чучелах, стволах деревьев.

Данная техника изучается в системе Батракова И.В. в школе рукопашного и ножевого боя «Кэмпо-Будокан-Сингитай».

Особая благодарность моим ученикам, инструктору самозащиты и ножевого фехтования Шульге К. – I-дан, Ткаченко И. – 3 ю, Фараон В. – 3 ю, Залесскому Н. – 8 ю за помощь в подготовке этого материала.

Подготовил Игорь Батраков мастер спорта СССР, 4-дан инструктор рукопашного боя



Носить верёвку можно скрытно, обвязав корпус



Либо на шее, пропустив оба конца верёвки в рукава куртки.