

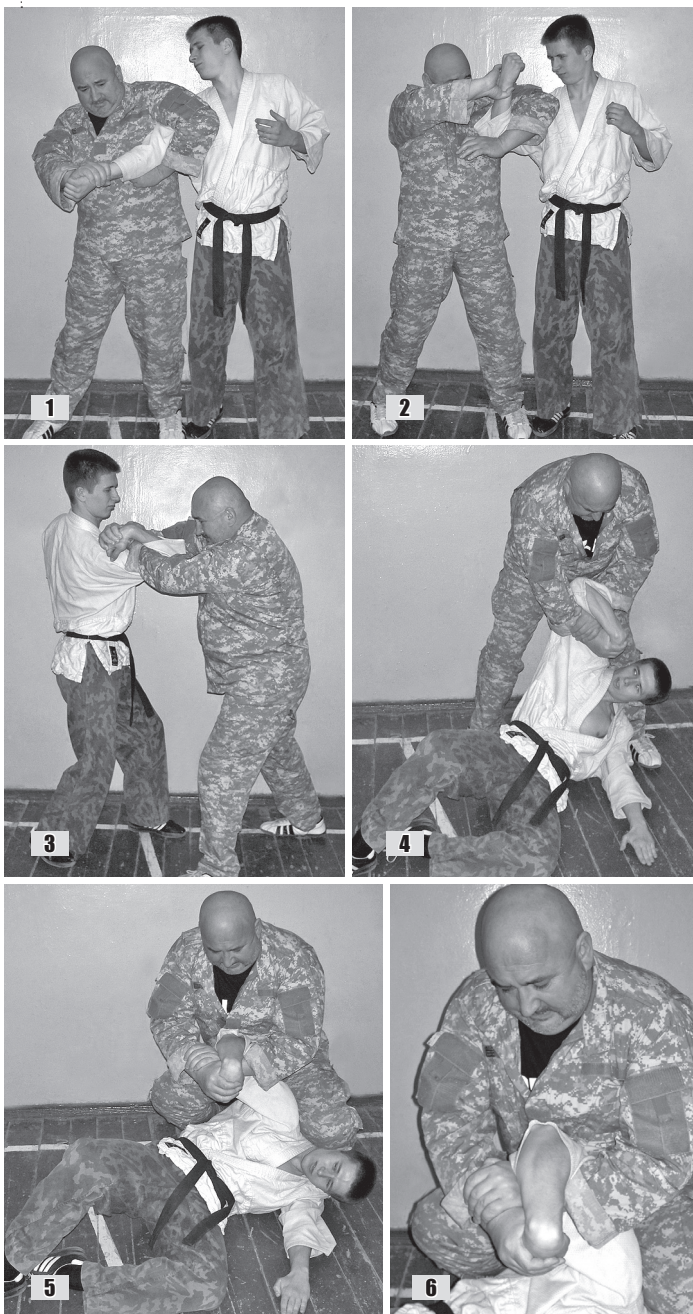


# Самозащита без оружия: способы силового задержания (комбинации из приемов задержания)

Ведет Игорь Батраков, Мастер спорта СССР, 4 Дан Айкибудо, 5 Дан Кэмпо-Будокан

Продолжение. Начало в № 1—4, 2011

## 1. Переход от рычага локтя через предплечье к узлу руки

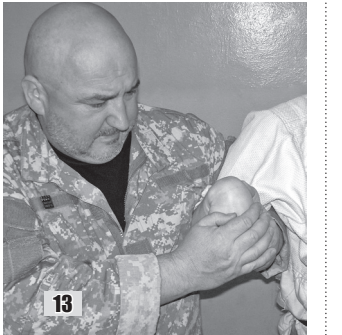
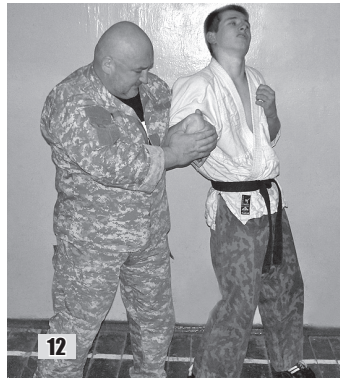


1 — начальная фаза проведения рычага локтя через предплечье;  
2 — противник сгибает руку в локте, препятствует выполнению приема;  
3 — по ходу движения его руки переходим на узел руки, поворачиваясь влево;  
4 — проводим бросок под воздействием болевого приема;  
5–6 — фиксируем лежащего на полу противника коленом ноги и болевым приемом на руку

## 2. Переход от задержания «нырком» под руку к задержанию «дожим кисти» (способ под ручку)



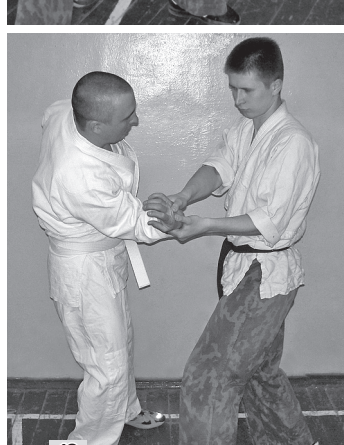
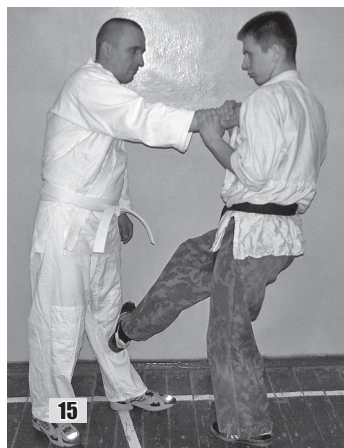
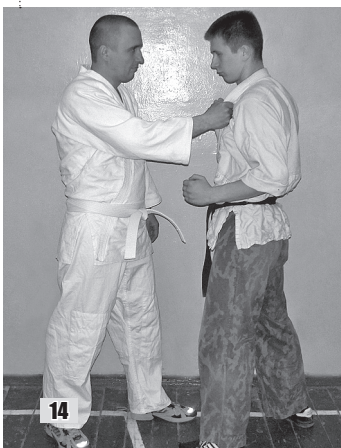
7 — с шагом левой ногой вперед-влево проводим захват правой руки противника;  
8–9 — с ударом ногой по голени противника выполняем нырок под руку;  
10 — поворачиваясь налево, встречаем противодействие со стороны противника в виде сгибания и напряжения его руки;  
11 — наносим мощно и быстро удар ребром ладони по внутренней стороне локтевого сгиба противника;  
12–13 — фиксируем его приемом задержания «под ручку» — дожимом кисти





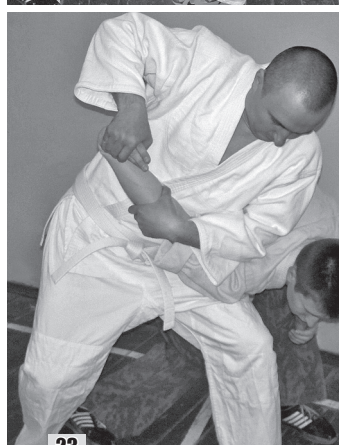
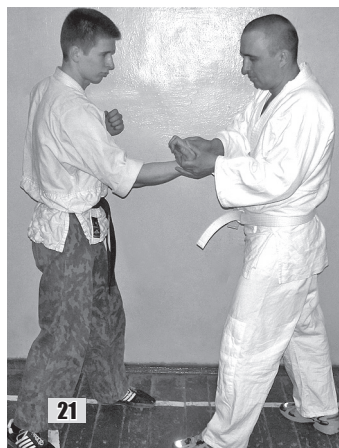


### 3. Переход от рычага руки внутрь к рычагу руки наружу



14 – противник захватил вас своей правой рукой за одежду на груди;  
 15 – наносим расслабляющий удар в голень, захватив крепко руку противника обеими руками;  
 16 – срываем захват руки противника;  
 17 – пытаемся провести рычаг руки внутрь;  
 18 – противник сгибает захваченную руку в локте;  
 19 – поворачиваясь налево, переходим на рычаг руки наружу;  
 20 – проводим бросок и фиксируем противника

### 4. Переход от рычага руки наружу к рычагу руки внутрь



21 – захват руки противника на рычаг руки наружу;  
 22 – противник поворачивает захваченную руку внутрь и выпрямляет ее, препятствуя проведению приема;  
 23 – используя усилия противника, проводим рычаг руки внутрь;  
 24 – переходим на загиб руки за спину, фиксируя противника



Ткаченко И., Батраков И., Баландюк Ю., Бобрицкий Н.

Благодарю своих учеников *Ткаченко Ивана* (1-дан), *Баландюка Юрия* (5-кю) и *Бобрицкого Николая* (2-дан) за помощь в подготовке данного материала.

Продолжение следует