



# Самозащита без оружия: способы силового задержания

Продолжение. Начало в № 1, 2011

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

Прежде всего, хотелось бы поздравить всех, кто прошел и кому предстоит пройти нелегкую армейскую службу,

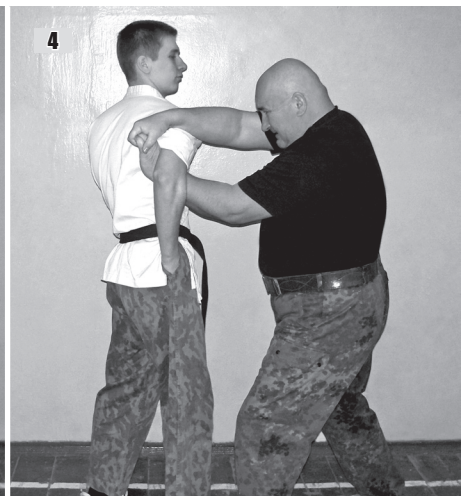
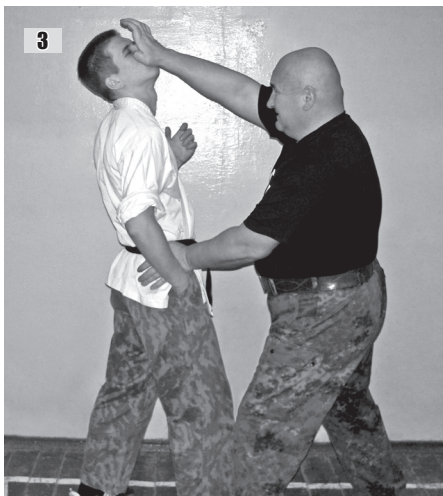
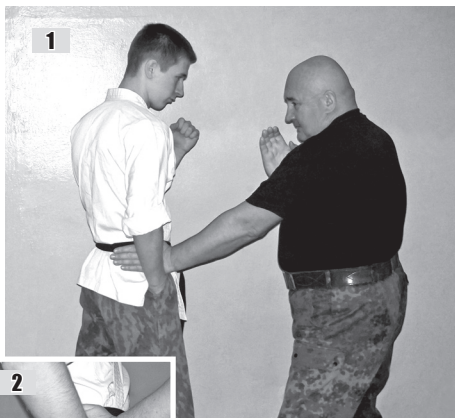
**с Днем защитника Отечества!**

Хочу пожелать будущим и действующим воинам крепкого здоровья, побед в соревнованиях, но прежде всего, побед над самим собой, и пусть приобретенный опыт в занятиях Боевыми искусствами послужит на пользу Отечеству!



## Способы задержания

### 1. Задержание при подходе спереди «замком»

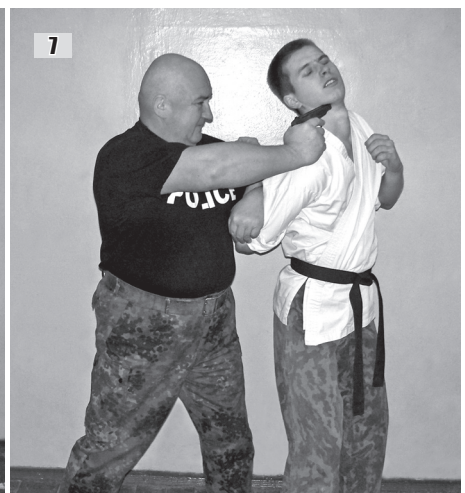
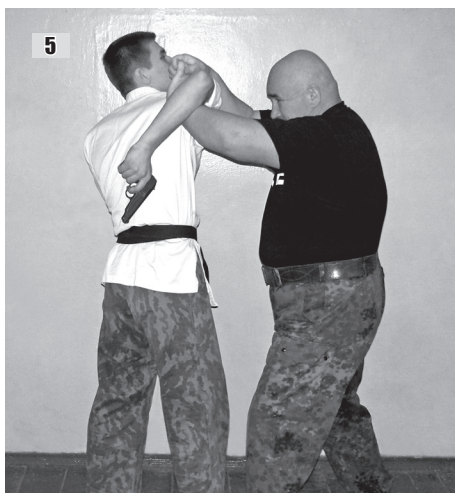


2 — блокируем ребром ладони руку противника в кармане его брюк.

1 — с шагом левой ногой вперед, пропускаем левую руку между предплечьем и бедром противника.

3 — правой рукой наносим отвлекающий удар в лицо.

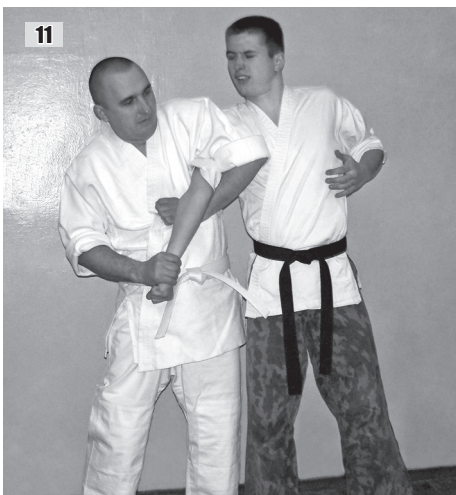
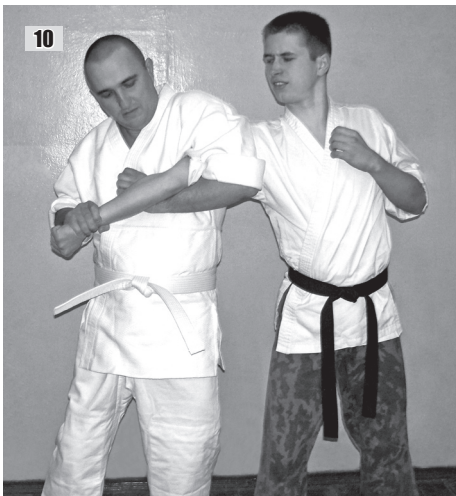
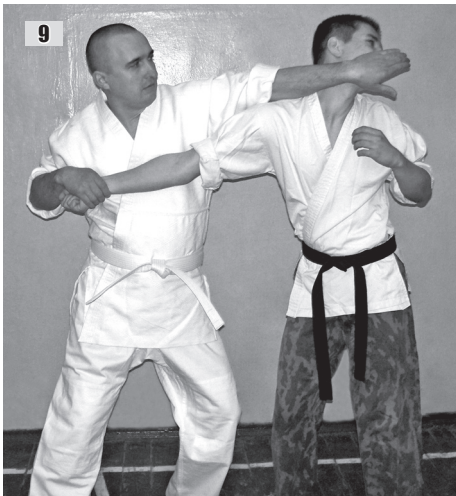
4 — соединяем ладони правой и левой руки над локтем противника борцовским «замком».



5 — производим рывок захваченной руки вверх на себя.

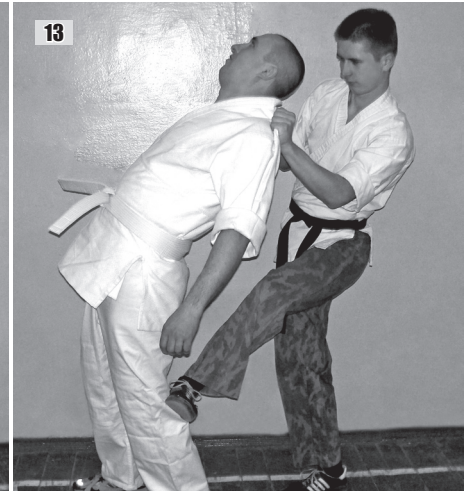
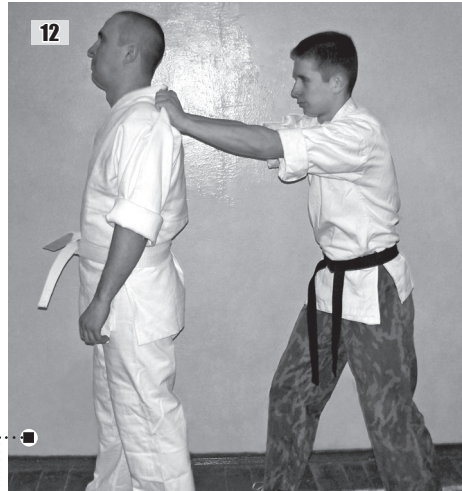
6 — проводим загиб руки за спину, отбираем оружие.

7 — зафиксировать болевой прием.



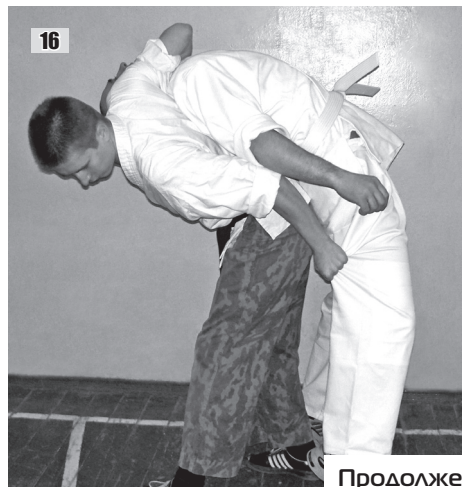
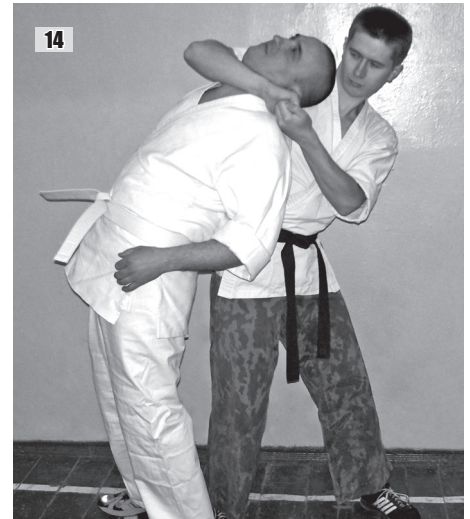
## 2. Рычаг локтя через предплечье

- 8 — с шагом вперед левой ногой, захватить правую руку противника своей правой рукой.
- 9 — провести рывок захваченной руки на себя, одновременно наносим отвлекающий удар левой рукой в нижнюю челюсть, поворачиваясь к противнику боком.
- 10 — выкручивая руку наружу, проводим свое левое предплечье под плечо противника, чуть выше его локтя.
- 11 — нажимая на запястье вниз на себя, заставляем противника стать на носки, фиксируем его болевым приемом.



## 3. Задержание удушающим захватом при подходе сзади

- 12 — с шагом правой ногой вперед проводим захват одежды на плечах противника обеими руками.
- 13 — с рывком за одежду назад за себя, выполняем подколенную подсечку левой ногой.
- 14 — захватываем локтевым сгибом правой руки горло противника, левой рукой прихватываем правую руку и проводим удушающий захват.
- 15 — поворачиваясь налево, кладем противника себе на спину, фиксируем удушающим захватом.
- 16 — вариант фиксации захватом левой рукой за брюки.



Продолжение следует