



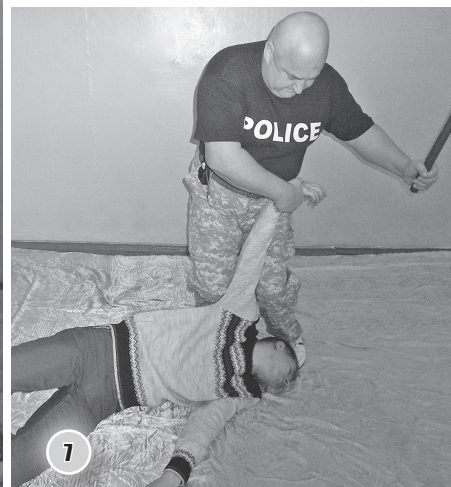
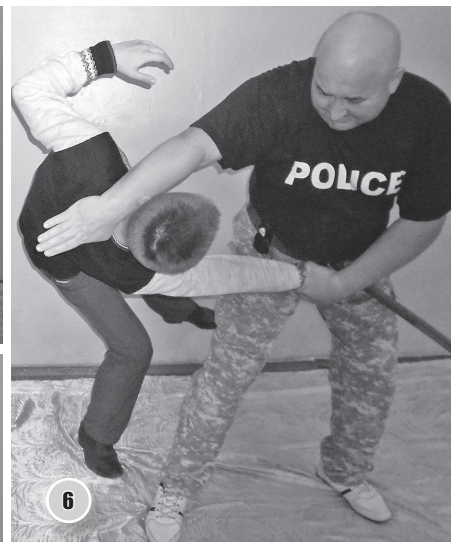
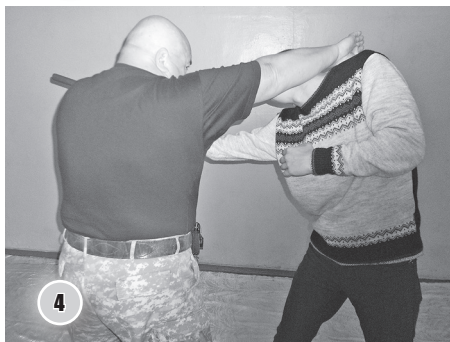
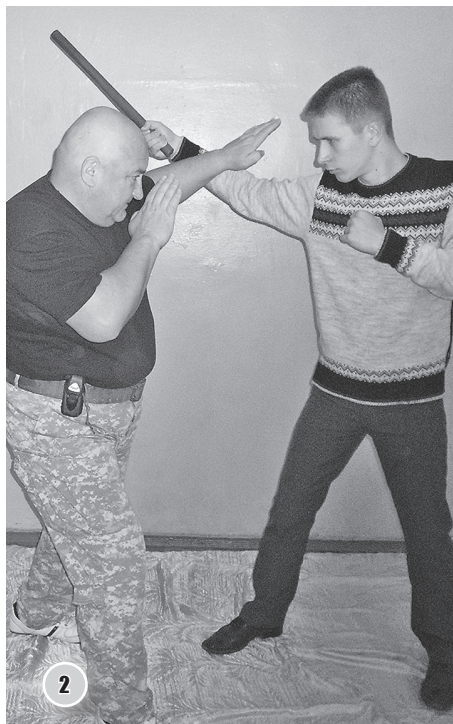
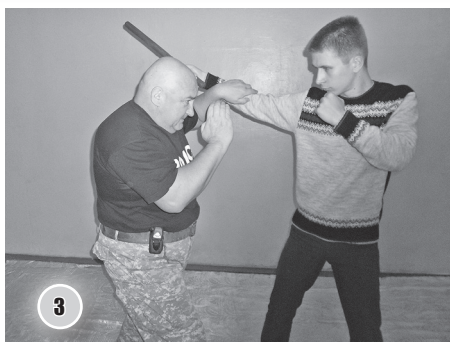
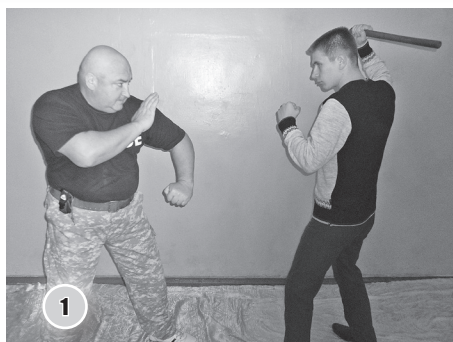
Самозащита без оружия: защита от ударов короткой палкой

Ведет Игорь Батраков, Мастер спорта СССР, 5-Дан Кэмпо-каратэ

Продолжение. Начало в № 1—12, 2011; № 1—11, 2012

Защита и обезоруживание от удара короткой палкой СБОКУ в голову

7. При помощи броска выводением из равновесия



1 — боевая стойка.

2—3 — с шагом одноименной ноги противник наносит удар палкой сбоку в голову. С шагом правой ногой вперед, выполняем блок левой рукой, с последующим захватом вооруженной руки противника.

4 — одновременно с блоком-захватом наносим мощный удар предплечьем правой руки в шею (сонная артерия) противника.

5—6 — совместив рывок левой рукой на себя — влево и одновременный удар предплечьем, проводим бросок выводением из равновесия.

7 — бросив противника на пол, отбираем оружие.

8. При помощи броска захватом за ногу «под колено»



8 – боевая стойка.

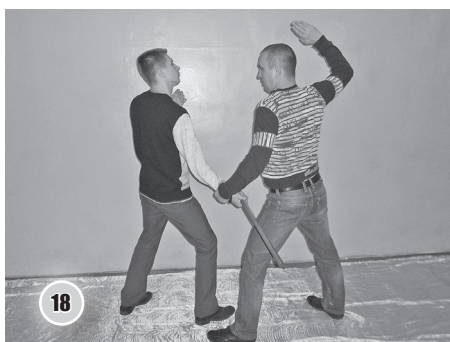
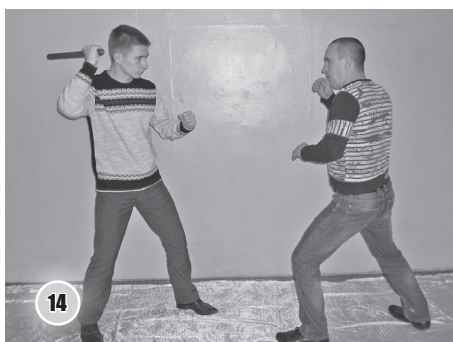
9 – с шагом правой ногой вперед противник наносит удар палкой сбоку в голову. С шагом левой ногой вперед-влево, выполняем блок левой рукой.

10 – после чего необходимо быстро присесть и захватить правой рукой подколенный сгиб правой ноги противника.

11 – рванув ног противника на себя – вверх, наносим удар левой ладонью в лицо (нос) противника.

12–13 – проведя бросок, наносим противнику добивающий удар ногой, отбираем оружие.

9. При помощи броска «отхватом»



14 – боевая стойка.

15 – с шагом правой ногой вперед противник наносит удар палкой сбоку в голову правой рукой. С шагом левой ногой вперед-влево, выполняем блок-захват левой рукой.

16–17 – кистью правой руки наносим удар «вилкой» в горло противника.

18–19 – с коротким замахом правой рукой, наносим удар ребром ладони по правой ключице противника.

20–21 – после чего проводим бросок «отхватом» под ближнюю (правую) ногу противника.

22 – проведя бросок, наносим противнику добивающий удар ногой.

Продолжение следует