

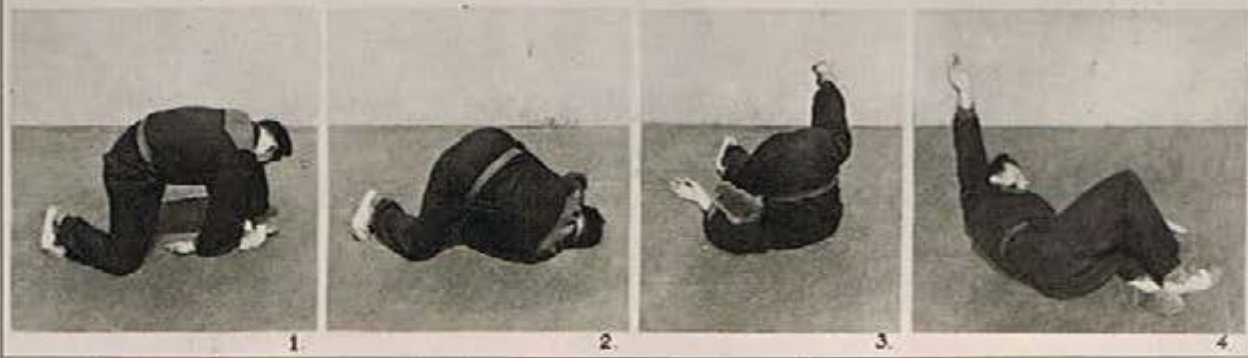
ИЗУЧЕНИЕ ПАДЕНИЙ

Исходные положения для падений:



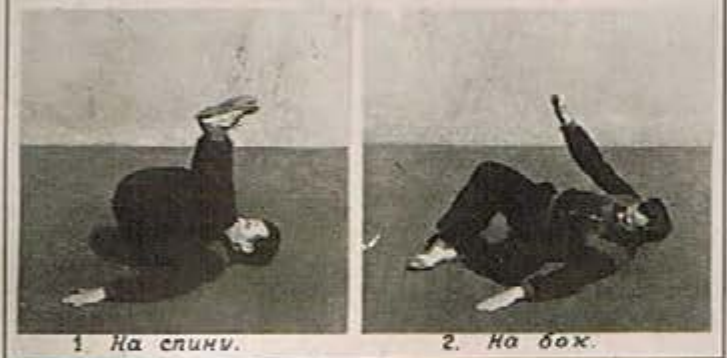
1. Стоя. 2. В полном приседе. 3. Сидя.

Кувырок по диагонали (через плечо)



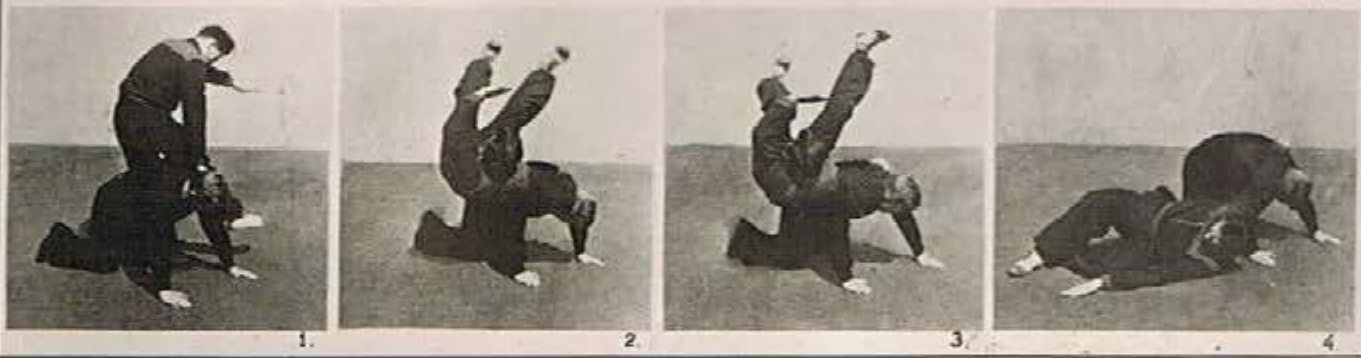
1. 2. 3. 4.

Конечные положения при падениях:



1. На спину. 2. На бок.

Падение через "скамейку" на бок



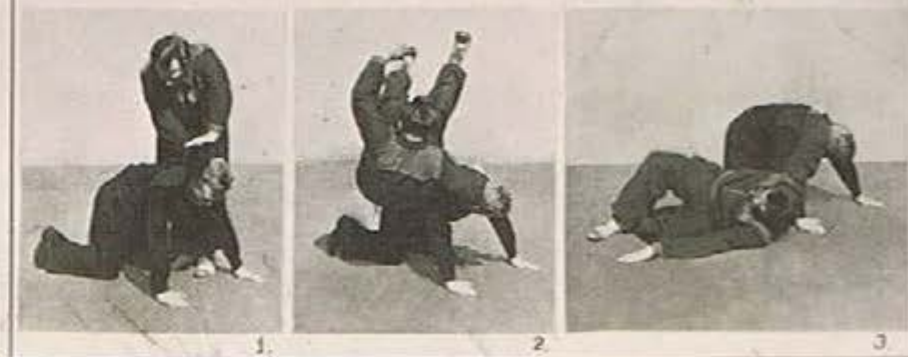
1. 2. 3. 4.

Падение через "скамейку" на спину



1. 2. 3. 4.

Кувырок через "скамейку"



1. 2. 3.

ПРОВЕРКА ДОКУМЕНТОВ, ОБЫСК И ЗАДЕРЖАНИЕ

Вместо документа противник вынимает нож



1 2 3 4
рычаг кисти наружу

Вместо документа противник вынимает револьвер



1 2 3 4
Загиб руки за спину и отбирание револьвера выкручиванием

Обыск противника



1 2 3
На коленях У стены Лежа

Задержание при подходе сзади



1 2 3 4 5
Загиб руки за спину. Захват горла плечом и предплечьем

Задержание при подходе спереди



1 2 3 4 5 6
Загиб руки за спину замком. Загиб руки за спину коленом

ЗАДЕРЖАНИЕ и СВЯЗЫВАНИЕ

Задержание при подходе спереди



Рычаг локтя через предплечье 2



Конвоирование высокого 2



Конвоирование подручку 2

Рычаг внутрь, приземление и связывание:



1



3



4



5



6



7



8

Связывание стоя с упором в стену



1



2



3

УДЕРЖАНИЯ И СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРИЁМЫ

Удержание сбоку



Удержание верхом



Удушение воротом-петлей



Удушение воротом-скрепявая руки



Плечом и предплечьем с нажимом на затылок



Удушение пальцами



Скручивание головы



Удушение предплечьем, захватывая голову подмышку



Бросок захватом за колени и двойкой удушающий захват



Двойной удушающий захват



УДАРЫ

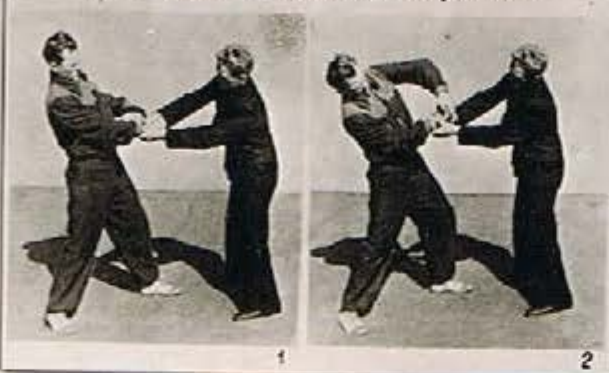


ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ ЗАХВАТОВ И ОБХВАТОВ

Освобождение от захвата кисти



Вырывание захваченной кисти при помощи второй руки



Освобождение от захватов рукавов



Освобождение от обхватов корпуса спереди



Упор в мочку за ушами Упор в глазные впадины Упор в основание носа. Отбив руки предплечьем и удар в живот.

Освобождение от обхватов корпуса сзади



Дожим кисти и переход к загибу руки за спину.

Освобождение от обхватов корпуса сзади



Нажим кулаком на тыльную часть кисти Удар ребром ладони в промежность.

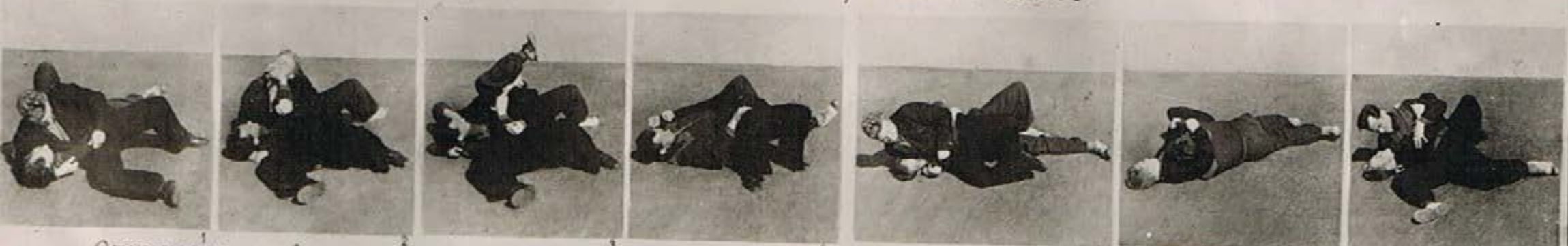
Освобождение от захватов одной ноги



Вращение головы. Упор руками в землю и удар ногой.

ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ СЛОЖНЫХ ЗАХВАТОВ

Освобождение от удержания сбоку



Отжимание головы противника рукой, а затем ногой.

Перекатывание через себя.

Освобождение от удержания верхом



Сбивание противника в стороны и рыцар на два бедра.

Освобождение от рычага локтя через предплечье



Надавливание ступней в колени сбоку.

Освобождение от загиба руки за спину



Кувыркком через плечо.

Освобождение от удушения при захвате шеи кистями сзади



Нырок и загиб руки за спину.

Освобождение от удушения при захвате шеи сзади плечом и предплечьем.



Удар каблучком по голени и бросок захватом руки на плечо.

ЗАЩИТА ОТ УДАРОВ НЕВООРУЖЁННОГО

Защита от удара кулаком сбоку



1 Защита предплечьем и рычаг внутрь 2 3

Защита от удара кулаком снизу



1 Защита предплечьем и ухват с дожимом кисти и задней подножкой. 2 3

Защита от удара кулаком наотмашь



1 Защита двумя ладонями и захват руки за спину. 2

Защита от прямого удара кулаком



1 Отбив с отходом в сторону и рычаг внутрь 2 3

Защита от удара кулаком сверху



1 Защита предплечьем и рычаг внутрь 2 3

Защита от удара локтем наотмашь



1 Защита ладонями и захват руки за спину. 2 3

Защита от удара ногой



1 Защита скрестом рук и ущемление 2 ахиллесова сухожилия. 3

ЗАЩИТА ОТ ПОПЫТОК ОБЕЗОРУЖИТЬ И УДАРОВ ПАЛКОЙ

При попытке противника захватить оружие спереди.



При попытке захватить оружие сбоку



При попытке захватить оружие сзади.



Защита от удара палкой наотмашь



Защита от удара палкой сверху



ДЕЙСТВИЯ ПРОТИВ ВООРУЖЁННОГО

Попытка противника схватить лежащее оружие



1 Удар кулаком по хисти. 2 Удар носком ноги в лицо. 3 Удар хвостком по хисти.

Противник достаёт револьвер из кармана брюк



1 Загиб руки за спину

Противник достаёт нож из-за шивороты



1 Узел снизу

Защита от удара ножом сверху



1 Защита предплечьями и рычаг внутрь

2 Выбивание ножа из руки противника

Защита от удара ножом снизу



1 Защита скрестом рук и загиб руки за спину

Использование головного убора



1 Бросок головного убора в глаза противнику и удар ступней в колени

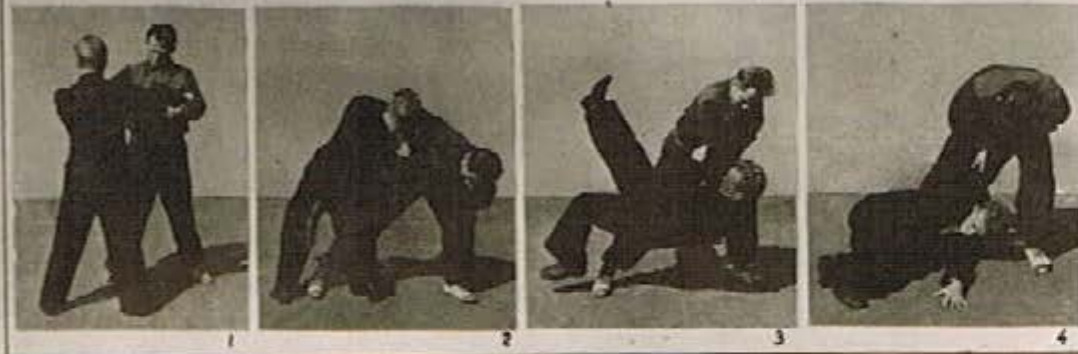
Защита от наставленного в упор револьвера



1 Отбив с отходом в сторону и рычаг внутрь

БРОСКИ

Задняя подножка



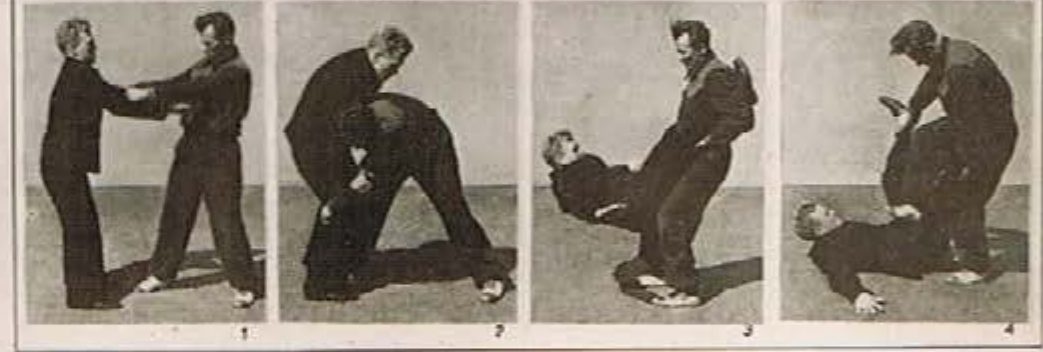
Бросок захватом руки на плечо



Бросок через бедро



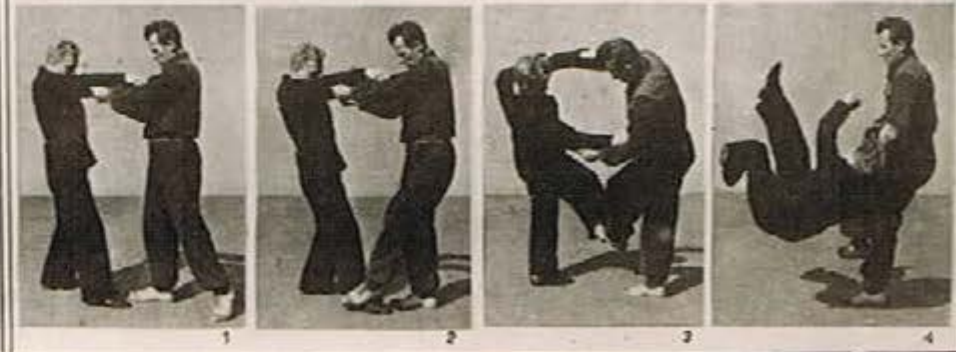
Бросок захватом двух ног



Зацеп изнутри



Боковая подсечка



ВЗАИМНАЯ ПОМОЩЬ И ВЗАИМНАЯ ВЫРУЧКА

Помощь при задержании рычагом локтя через предплечье



Захват за плечи (воротник) и нажим ступней в подколенный сгиб. 3

Помощь при задержании загибом руки за спину нырком



Захват двумя руками свободную руку с наступлением на ногу. 5

Выручка от удара ножом сверху



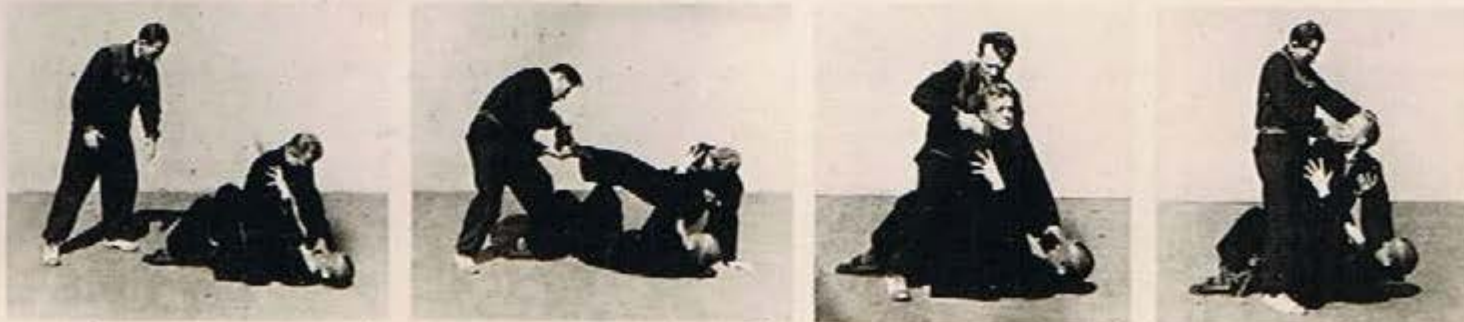
Захват запястья и нажим ступней в подколенный сгиб. 3

Выручка от удара ножом снизу



Захват руки и загиб её за спину. 3

Выручка сбитого с ног



Выкручивание стопы. 2 Удушение плечом и предплечьем. 3 Скручивание головы. 4