

Самооборона для всех

Красноярск, Россия

В чём суть наших тренировок?

Личная безопасность и выживание, т.е. основная цель - не научить драться на ринге или на ковре, а в первую очередь рассматривается именно личная безопасность человека.

Подготовка заключается в том, чтобы научить выживать в экстремальной ситуации, и, что немаловажно, как в неё не попасть. Система включает в себя не только сам рукопашный бой, но и как сохранить себе жизнь и здоровье на природе, в городе, в сложных погодных условиях. Цель действий обучаемого - не «выложиться», а напротив - сэкономить силы, которые могут ещё понадобиться для выживания.

У нас так же учатся уходить от опасности в замкнутом пространстве: в комнате, на лестнице и даже в лифте.

Используются техники освобождения от захватов, удары, защита от ударов, от атаки вооружённого человека, от нескольких атакующих. В основном применяется техника оборонительная, т.е. мы не преследуем агрессию. Впрочем, это зависит от контингента обучаемых: если это гражданские лица, то упор делается на оборону, если тренируются армейцы, то тренировки больше приспособлены для ведения боевых действий и выживания в военных условиях, а если занимаются спортсмены, то тренировки нацелены на спортивный результат.

Паспортов, аттестатов и поясов у нас нет - ведь речь идёт о личной безопасности. Однако тренирующиеся у нас нередко участвуют в соревнованиях по другим видам спорта, многие имеют спортивные разряды.

Возрастных ограничений не существует, однако дети усваивают систему лучше с 10-12 лет. Более того, эта система открыта для всех людей, включая людей с физическими ограничениями, лишним весом и т.п.

Цена: **1 000 руб.**

Тип объявления:
Услуги, предлагаю

Торг: неуместен

Климонтов Евгений

2-41-66-08