

22-24 июня 2012г. состоялись учебно-тренировочные сборы ЮУрФРРБ под руководством Абанькина Е.В.: "Расклинивание атаки противника. Бой на встречном курсе".



В программе сборов были рассмотрены следующие вопросы:

- психологическая готовность к ведению боя на встречном курсе;
- использование рикошета в защите с выходом на контратакующие действия

(расклинивание атаки противника);

- сокращение дистанции с противником, используя защитно-атакующие действия;
- корректирование действий противника через контроль атакующих конечностей при защите от ударов
- использование принципа сложения скоростей в ударах на встречном курсе;
- использование ударов кулаком, локтем, головой при сокращении дистанции с противником и переход к воздействию на точки активного поражения

Поздравляем всех участников с полученными знаниями и навыками и ждем на наших дальнейших мероприятиях!

Отзывы: http://vk.com/topic-39901755_26733103

[Фото](#)



