«ПАТРИОТ»

Приглашаем детей от 10 лет, юношей и девушек на тренировки по смешанным единоборствам, АРБ, рукопашному бою и военно-спортивной подготовке в Челябинске!

"Патриот" – проект Школы Отечественных единоборств "Урал"

Комплексная программа подготовки:

Рукопашный бой и смешанные единоборства:
- Общефизическая подготовка и акробатика
- Техника ударов руками и ногами
- Техника бросков и самостраховок
- Болевые и удушающие приемы

Специальная подготовка:
- Огневая, тактическая, строевая и медицинская подготовка
- Высотная подготовка и скалолазание
- Основы фехтования
- Туристическая подготовка, выживание и самоспасение в экстремальных ситуациях
- Психологическая устойчивость и дисциплина
- Подготовка к сдаче норм ГТО

Соревнования и мероприятия по патриотическому воспитанию:
- Соревнования по рукопашному бою и смешанным единоборствам
- Соревнования по военно-спортивной подготовке и фехтованию
- Тренировочные сборы и походы
- Уроки Мужества, показательные выступления

УРАЛ
ОТЕЧЕСТВЕННЫЕ
УРАЛ
ЕДИНОБОРСТВА
ОТЕЧЕСТВЕННЫЕ ЕДИН

УРАЛ
СПЕЦНАЗ
ОТЕЧЕСТВЕННЫЕ

Место проведения занятий
Расписание и стоимость занятий
Необходимо для записи в группы
Наша группа В Контакте

УРАЛ
ОТЕЧЕСТВЕННЫЕ
УРАЛ
ЕДИНОБОРСТВА
ОТЕЧЕСТВЕННЫЕ ЕДИН