

## Курсы самообороны



Большинство из нас сталкивались с ситуацией, когда нам необходимо защищать себя или близкого нам человека. Такая ситуация может возникнуть вне зависимости от Вашего социального статуса и жизненного опыта. Иногда, люди просто ищут себе жертву для нападения. Очень обидно, когда жертвой нападения становитесь Вы и у Вас не получается себя защитить. Вдвойне обидно, если защитить не получилось Вашу подругу, спутницу или детей.



Чтобы избежать таких ситуаций, каждый из нас должен уметь обороняться. Для того чтобы научить нас самообороне, существует много различных типов единоборств. Но что Вы увидите, посетив такие курсы? Люди в кимоно или борцовской форме, по команде тренера, сложными ударами атакуют ожидающего противника. Любая, кто хоть раз дрался в детстве, знает, в реальной жизни так не бывает. Нападающий на Вас на улице грабитель не будет ждать, пока вы подготовитесь. Он не обратит внимания на то, что Вы в неудобной для сопротивления одежде. Его не остановит тот факт, что Вы в модельной обуви и Ваши руки заняты. Курсы единоборств не учат людей драться, они тренируют спортсменов.

Зная всё это, мы разработали новую методику самозащиты. Наша техника базируется на борьбе «самбо». Самбо – борьба, название которой является аббревиатурой от фразы «самооборона без оружия». В неё изначально заложены принципы, позволявшие эффективно тренировать работников органов правопорядка в СССР. Мы изменили её таким образом, чтобы использовать навыки борьбы могли не только работники силовых структур, но и каждый из нас.



В чем же особенность нашей подготовки?

- Первое. Вы научитесь избегать нападения. Достаточно часто можно просто сгладить ситуацию и избежать применения силы. Это сохранит Ваше здоровье.
- Второе. Вы сможете обороняться в одежде, которая сковывает Ваши движения. Ваши действия будут мало похожи на приемы из кинофильмов, но они будут эффективными, пусть и не зрелищными.
- Третье. Вы поймете, как защищаться в толпе. Ведь конфликты часто происходят в плотном скоплении людей.
- Четвертое. Вы сможете защищаться от внезапного нападения или нападения нескольких человек.

Тренируясь по нашей методике, Вы научитесь главному – как сохранить жизнь и здоровье себе и своим близким. Для этого нет необходимости следовать духовному пути восточных единоборств или годами отрабатывать удары. Все, что для этого нужно – это хороший тренер, который знает, что происходит на улицах и как с этим бороться.

Приходите к нам – научитесь защищаться.