

# Рукопашный бой по системе «УдаБо» для взрослых



**наши**

**контакты:** 8 (917) 198-70-75

e-mail: [udabo30@gmail.com](mailto:udabo30@gmail.com)

сайт: [www.udabo30.ru](http://www.udabo30.ru)

# О НАС

**УДАБО (ударный бой) -  
новый, ни на что не  
похожий взгляд на**

**поединок**

- Это не заучивание приемов, это понимание работы двигательных центров мозга, ответ на вопрос

«Почему мы реагируем так, а не иначе?» и «Как эффективно отразить нападение противника и защититься от удара?»

- Система Удабо – способ саморазвития и раскрытия своих возможностей.
- Система достижения внешнего (физического) и внутреннего (психологического) баланса



# НАШИ УСЛУГИ

## ГРУППОВЫЕ ЗАНЯТИЯ РУКОПАШНЫМ БОЕМ

Работа с партнером,  
Групповые  
упражнения

**Абонемент на месяц  
1000 рублей**

## ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ РУКОПАШНЫМ БОЕМ

Может быть как  
дополнением к занятиям  
в группе (разбор  
наиболее сложных тем),  
Так и основной формой  
обучения

**Академический час  
600 рублей**



# 5 причин заниматься у нас:

**1**

*Вы всегда сможете постоять за себя и защитить своих близких*

**2**

*Будете в отличной физической форме, сильный, выносливый, подтянутый*

**3**

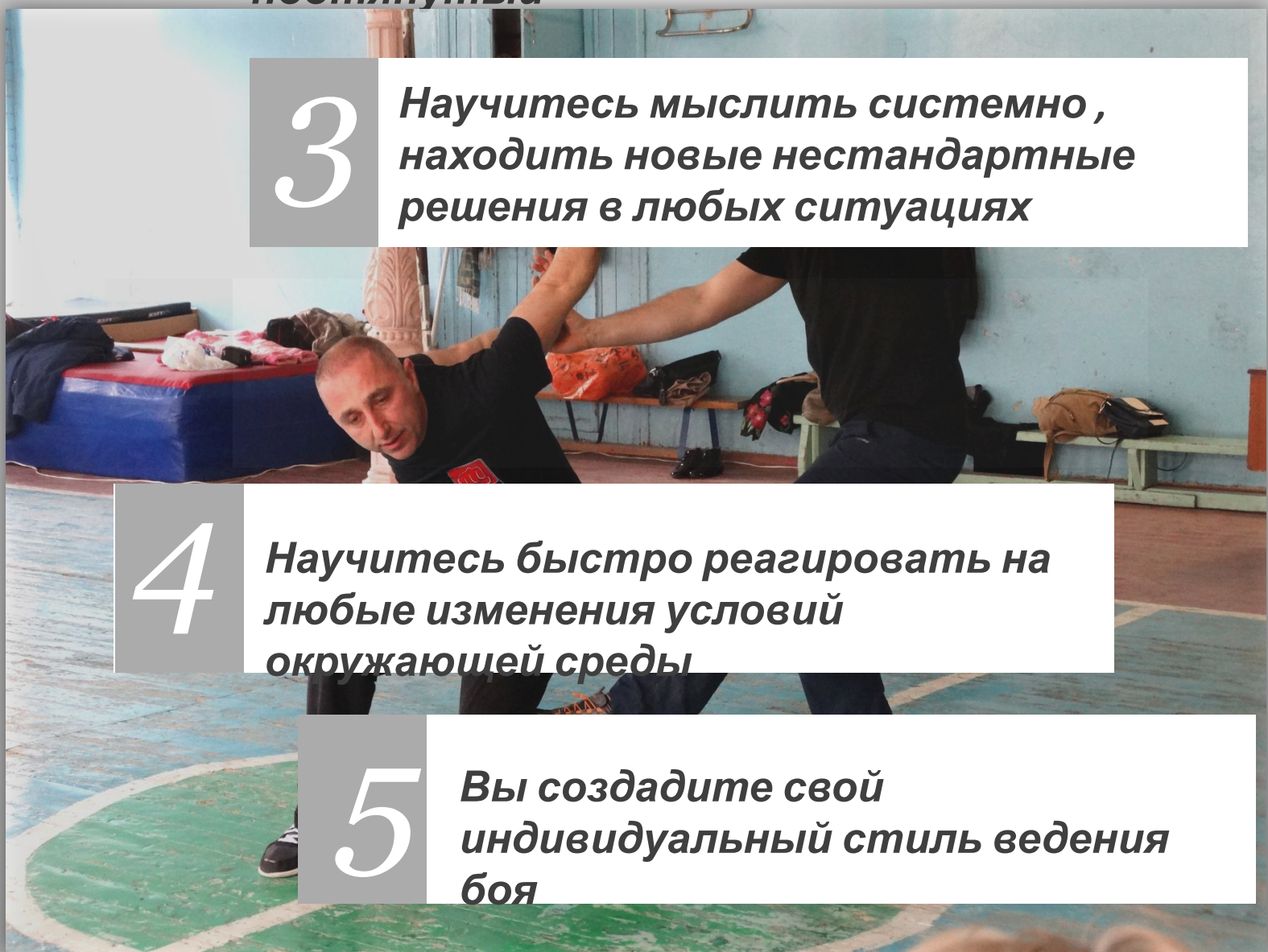
*Научитесь мыслить системно, находить новые нестандартные решения в любых ситуациях*

**4**

*Научитесь быстро реагировать на любые изменения условий окружающей среды*

**5**

*Вы создадите свой индивидуальный стиль ведения боя*





# ТРЕНЕР

*Калинкин  
Сергей Юрьевич*

- ОПЫТ ПРЕПОДАВАНИЯ РУКОПАШНОГО БОЯ БОЛЕЕ 20 ЛЕТ
- ПРОШЕЛ КУРС ОБУЧЕНИЯ ДЛЯ ИНСТРУКТОРОВ ПО СИСТЕМЕ А.А. КАДОЧНИКОВА, 1996 г;
- СОТРУДНИЧЕСТВО И ОБУЧЕНИЕ У А.Л. ЛАВРОВА, РУКОВОДИТЕЛЯ СИСТЕМЫ ШКВАЛ — (Школа Выживания Александра Лаврова, спецназ ГРУ), 2008 г;
- СОТРУДНИЧЕСТВО И ОБУЧЕНИЕ У А.А. СОЛОВЬЕВА (создатель собственного стиля), 2010 г;
- ПАРТНЕР АВТОРА МЕТОДИКИ "УДАБО" АМИРА ИБРАГИМОВА, с 2012 г.

*тел.:* 8 (917) 198-70-75  
*e-mail:* [udabo30@gmail.com](mailto:udabo30@gmail.com)  
*сайт:* [www.udabo30.ru](http://www.udabo30.ru)

# Еще 6 причин прийти к нам, не откладывая

1

## **Универсальная не травматичная методика**

**Обучаются** успешно могут заниматься люди с любым уровнем физического развития, любого пола, имеющие опыт занятий боевыми искусствами и далекие от любых видов спорта

2

## **Не требуется специальная физическая**

**подготовка** успешно могут заниматься люди с любым уровнем физического развития, любого пола, имеющие опыт занятий боевыми искусствами и далекие от любых видов спорта

3

## **Прикладная направленность обучения**

Мы не готовимся к спортивным соревнованиям! Все максимально приближено к жизни.

В реальном конфликте нет места правилам, нет ограничения по времени, не окажут первую помощь.

4

## **Удобное время занятий «для работающих» с 19.00**

**до 21.00** Наши занятия рассчитаны на взрослых работающих людей и поэтому проходят в максимально комфортное время с 19-00 до 21-00.

5

## **Занятия целых 4 дня в неделю – пн,вт,ср,чт**

Вы можете посещать занятия все 4 дня в неделю или выбрать для себя удобный график. Для достижения оптимального результата желательно посещать занятия не менее 2х раз в неделю.

6

## **Дружный коллектив**

Кроме тренировок мы вместе отмечаем дни рождения и праздники, участвуем в тренингах и семинарах.

тел.: 8 (917) 198-70-75

e-mail: [udabo30@gmail.com](mailto:udabo30@gmail.com)

сайт: [www.udabo30.ru](http://www.udabo30.ru)

*Сделать первый шаг —  
очень просто!*



**8 (917) 198-70-75**



**udabo30@gmail.ru**



**www.kit5.ru**