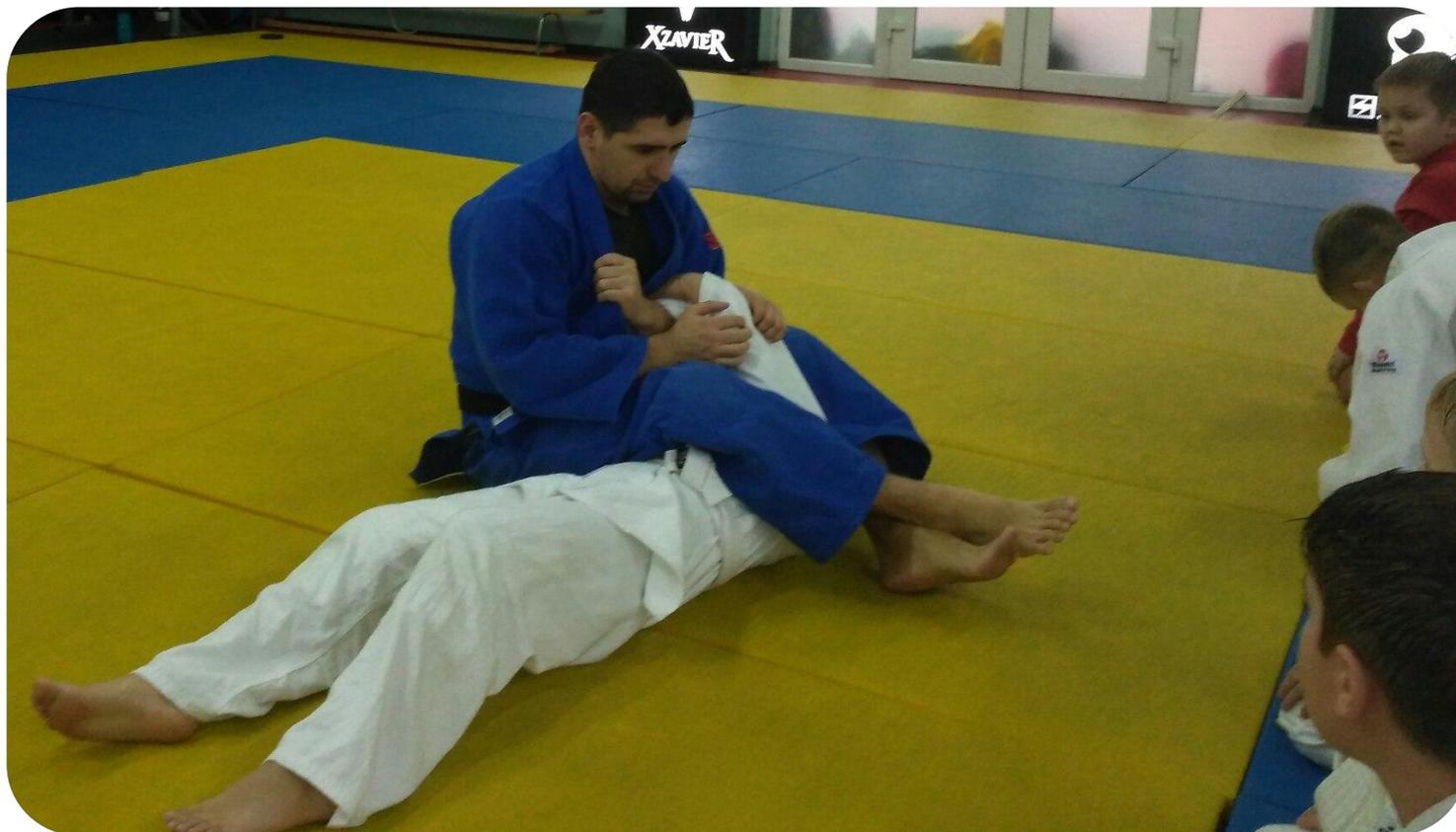


ТЕХНИКА БСКОВЫВАЮЩИХ ДЕЙСТВИЙ

(удержание, удушающий и болевой приёмы)

Тренер-преподаватель Мкртчян С.Р.

БОЛЕВОЙ - РЫЧАГ ЛОКТЯ



БОЛЕВОЙ - РЫЧАГ ЛОКТЯ



БОЛЕВОЙ - РЫЧАГ ЛОКТЯ



УДЕРЖАНИЕ СБОКУ



УДЕРЖАНИЕ СБОКУ



УДЕРЖАНИЕ ВЕРХОМ



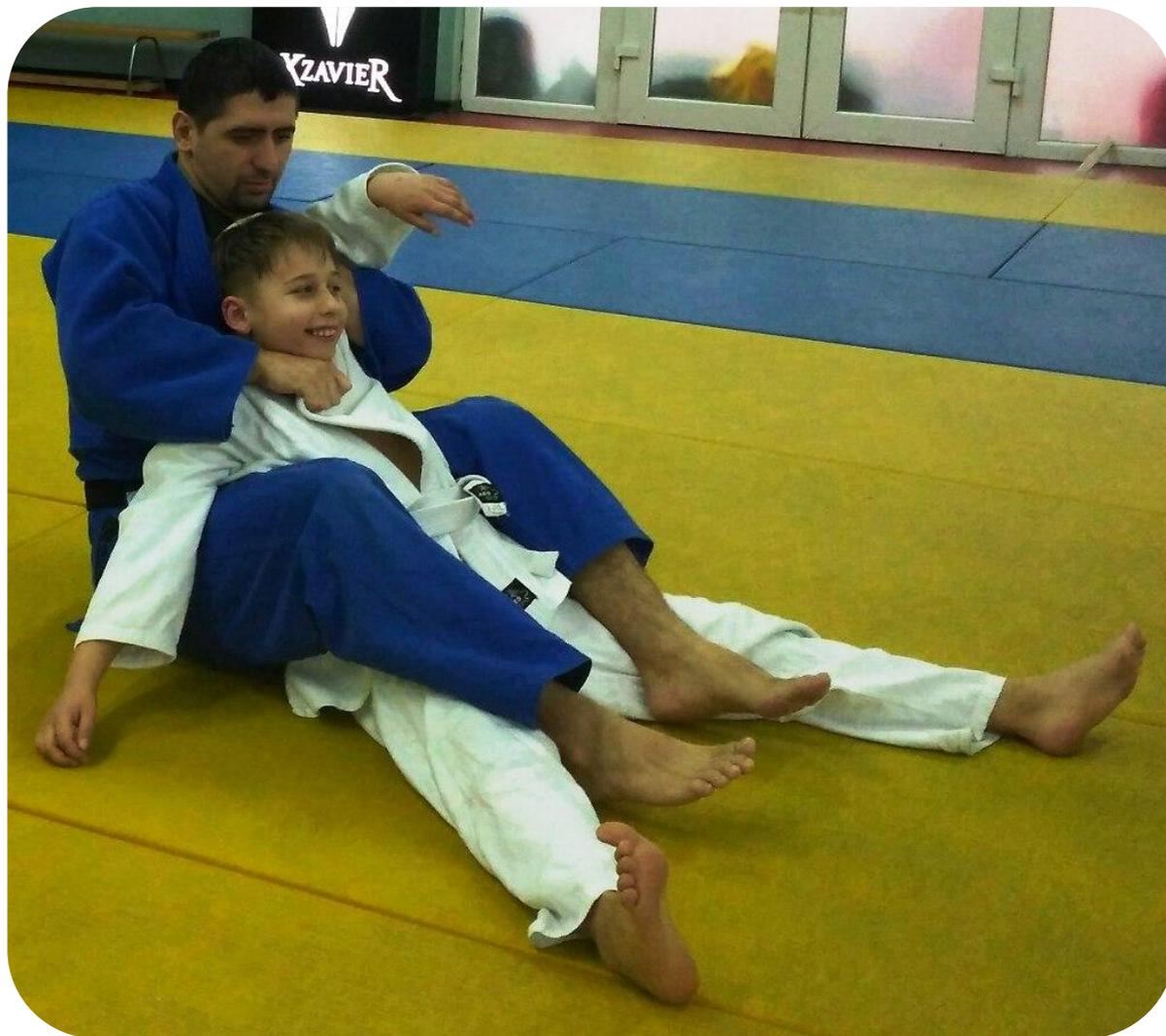
УДЕРЖАНИЕ ВЕРХОМ



УДУШАЮЩИЙ ПРИЁМ



УДУШАЮЩИЙ ПРИЁМ



УДУШАЮЩИЙ ПРИЁМ



УДУШАЮЩИЙ ПРИЁМ



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

Тренер-преподаватель Мкртчян С.Р.