



Школа самбо Давида Рудмана
Sambo school of David Rudman

САМБО **1000**

БОЛЕВЫХ ПРИЕМОВ
SUBMISSIONS
ACTIONS DOULOUREUSES
TÉCNICAS DOLOROSAS

САМБО **1000**

НАПАДЕНИЕ **ATTACK** **ATTAQUE** **ATAQUE**
Книга 1 **Book 1** **Livre 1** **Libro 1**



москва 2010

ББК 75.715
Р83

Рудман Д.Л., Троянов К.В.

Р83 Школа Самбо Давида Рудмана: 1000 болевых приемов. –
М.: Человек, 2010. – 296 с., ил.

ISBN 978-5-904885-10-6

ББК 75.715

ISBN 978-5-904885-10-6

© Рудман Д.Л., 2010
© Издательство «Человек», оформление, 2010



Содержание

Contents

ПРЕДИСЛОВИЕ.....4	INTRODUCTION4
ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ.....8	GENERAL PROVISIONS8
ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ РАЗЪЕДИНЕНИЕ СЦЕПЛЕННЫХ РУК И ПРОВЕДЕНИЕ БОЛЕВЫХ ПРИЕМОВ ПРИ ЗАХВАТЕ РУКИ СОПЕРНИКА МЕЖДУ НОГАМИ И АТАКЕ РЫЧАГОМ ЛОКТЯ..... 44	COMMON POSITIONS DISCONNECTION OF LOCKED ARMS AND EXECUTION OF SUBMISSIONS BY GRIPPING THE OPPONENT'S ARM BETWEEN THE LEGS AND ATTACKING BY ARM BAR 44
ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ АТАКА БЛИЖНЕЙ РУКИ..... 66	COMMON POSITIONS ATTACKING THE NEAR ARM..... 66
ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ АТАКА ДАЛЬНЕЙ РУКИ..... 94	COMMON POSITIONS ATTACKING THE FAR ARM 94
ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ ПЕРЕХОДЫ НА ДРУГИЕ БОЛЕВЫЕ ПРИЕМЫ 102	COMMON POSITIONS SHIFTING TO OTHER SUBMISSIONS..... 102
ПРОТИВНИК ЛЕЖИТ НА СПИНЕ АТАКА СБОКУ УДЕРЖАНИЯ 114	THE OPPONENT IS LYING ON THE BACK ATTACK FROM THE SIDE HOLD DOWN..... 114
ПРОТИВНИК ЛЕЖИТ НА СПИНЕ АТАКА СБОКУ БОЛЕВЫЕ ПРИЕМЫ 218	THE OPPONENT IS LYING ON THE BACK SIDE ATTACK SUBMISSIONS..... 218
СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ.....270	ENGLISH TERM EXPOSITION270
ПРИЕМЫ ПОКАЗЫВАЛИ.....278	FIGHTING METHODS WERE DEMONSTRATED BY279