



Школа самбо Давида Рудмана
Sambo school of David Rudman

SAMBO
1000

БОЛЕВЫХ ПРИЕМОВ
SUBMISSIONS
ACTIONS DOULOUREUSES
TÉCNICAS DOLOROSAS

SAMBO
1000

НАПАДЕНИЕ **ATTACK** **ATTAQUE** **ATAQUE**
Книга 2 Book 2 Livre 2 Libro 2



Москва 2013

ББК 75.715
Р83

Р83 **Рудман Д.Л., Троянов К.В.**

Школа Самбо Давида Рудмана: 1000 болевых приемов.
Книга 2. – М.: Человек, 2013. – 288 с., ил.

ISBN 978-5-906131-15-7

ББК 75.715

У ч е б н о - м е т о д и ч е с к о е и з д а н и е

***Рудман Давид Львович,
Троянов Константин Викторович***

***Школа Самбо Давида Рудмана:
1000 болевых приемов***

Книга 2

Редактор *Валерий Штейнбах*
Художник *Евгений Пермяков*
Компьютерная верстка *Елена Блиндер*

Подписано в печать 20.08.2013. Формат 84х108/16.
Гарнитура «Myriad». Усл. печ. л. 31,08. Издат № 207. Тираж 1000 экз.
Заказ №

Издательство «Человек», 117218, Москва, а/я 111

Телефоны отдела реализации: 8(499) 124-01-73,
8(495) 662-64-30, 8(495) 662-64-31

E-mail: olimppress@yandex.ru, drudman@hotmail.com

www.olimppress.ru, www.rudman.ru, www.rudman.us

Отпечатано в полном соответствии с качеством предоставленного оригинал-макета
в филиале ОАО «ТАТМЕДИА» «ПИК «Идел-Пресс»
420066, г. Казань, ул. Декабристов, д. 2

ISBN 978-5-906131-15-7

© Рудман Д.Л., 2013
© Издательство «Человек», оформление, 2013



Содержание

Contents

ПРЕДИСЛОВИЕ.....	4	INTRODUCTION.....	4
ПРОТИВНИК ЛЕЖИТ НА СПИНЕ АТАКА СО СТОРОНЫ ГОЛОВЫ УДЕРЖАНИЯ.....	6	THE OPPONENT IS LYING ON THE BACK ATTACK FROM HEAD SIDE HOLD DOWNS	6
ПРОТИВНИК ЛЕЖИТ НА СПИНЕ АТАКА СО СТОРОНЫ ГОЛОВЫ ПЕРЕВОРАЧИВАНИЯ	38	THE OPPONENT IS LYING ON THE BACK ATTACK FROM HEAD SIDE TURNS.....	38
ПРОТИВНИК ЛЕЖИТ НА СПИНЕ АТАКА СО СТОРОНЫ ГОЛОВЫ БОЛЕВЫЕ ПРИЕМЫ	50	THE OPPONENT IS LYING ON THE BACK ATTACK FROM HEAD SIDE SUBMISSIONS	50
ПРОТИВНИК ЛЕЖИТ НА СПИНЕ АТАКА СО СТОРОНЫ НОГ УДЕРЖАНИЯ.....	102	THE OPPONENT IS LYING ON THE BACK ATTACK FROM LEG SIDE HOLD DOWNS	102
ПРОТИВНИК ЛЕЖИТ НА СПИНЕ АТАКА СО СТОРОНЫ НОГ ПЕРЕВОРАЧИВАНИЯ	114	THE OPPONENT IS LYING ON THE BACK ATTACK FROM LEG SIDE TURNS.....	114
ПРОТИВНИК ЛЕЖИТ НА СПИНЕ АТАКА СО СТОРОНЫ НОГ БОЛЕВЫЕ ПРИЕМЫ	126	THE OPPONENT IS LYING ON THE BACK ATTACK FROM LEG SIDE SUBMISSIONS	126
ПРОТИВНИК ЛЕЖИТ НА СПИНЕ АТАКА ВЕРХОМ УДЕРЖАНИЯ.....	168	THE OPPONENT IS LYING ON THE BACK ATTACK BY STRADDLING HOLD DOWNS	168
ПРОТИВНИК ЛЕЖИТ НА СПИНЕ АТАКА ВЕРХОМ БОЛЕВЫЕ ПРИЕМЫ	190	THE OPPONENT IS LYING ON THE BACK AATTACK BY STRADDLING SUBMISSIONS	190
ПРОТИВНИК ЛЕЖИТ НА СПИНЕ КОМБИНАЦИИ ПРИЕМОВ	232	THE OPPONENT IS LYING ON THE BACK COMBINATIONS OF TECHNIQUES.....	232
ПРИЕМЫ ПОКАЗЫВАЛИ.....	254	FIGHTING METHODS WERE DEMONSTRATED BY	255