

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	INTRODUCTION .....	4
ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ.....	8	GENERAL PROVISIONS .....	8
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 EXPOSITION .....	270
ПРИЕМЫ ПОКАЗЫВАЛИ.....	278	FIGHTING METHODS WERE DEMONSTRATED BY .....	279



## Contenu

## Contenido

AVANT-PROPOS.....	5	PROLOGO .....	5
DISPOSITIONS GENERALES.....	9	CONDICIONES GENERALES.....	9
DISPOSITIONS GENERALES LA SEPARATION DES BRAS LIES ET L'EXECUTION DES PRISES DOULOUREUSES LORS DE LA SAISIE D'UN BRAS DE L'ADVERSAIRE ENTRE LES JAMBES ET L'ATTAQUE PAR UN LEVIER DE COUDE .....	45	POSICIONES GENERALES SEPARACIÓN DE BRAZOS ENGANCHADOS Y APLICACIÓN DE TÉCNICAS DOLOROSAS AL CAPTURAR LA MANO DEL ADVERSAIRE CON LAS PIERNAS Y ATAQUE CON PALANCA AL CODO .....	45
DISPOSITION GENERALES L'ATTAQUE DU BRAS PROCHE .....	67	POSICIONES GENERALES ATAQUE AL BRAZO PRÓXIMO .....	67
DISPOSITIONS GENERALES L'ATTAQUE DU BRAS ELOIGNE .....	95	POSICIONES GENERALES ATAQUE AL BRAZO DISTANTE.....	95
DISPOSITIONS GENERALES PASSAGES AUX AUTRES PRISES DOULOUREUSES.....	103	POSICIONES GENERALES OTRAS TÉCNICAS DOLOROSAS .....	103
L'ADVERSAIRE EST COUCHE SUR LE DOS L'ATTAQUE DE COTE IMMOBILISATIONS .....	115	EL ADVERSAIRE SE ENCUENTRA DE ESPALDAS ATAQUE POR EL COSTADO INMOVILIZACIÓN .....	115
L'ADVERSAIRE EST COUCHE SUR LE DOS L'ATTAQUE DE COTE LES PRISES DOULOUREUSES .....	219	EL ADVERSAIRE SE ENCUENTRA DE ESPALDAS EN EL SUELO ATAQUE POR EL COSTADO TÉCNICAS DOLOROSAS.....	219
LEXIQUE .....	271	LISTADO DE TÉRMINOS.....	271
LES PRISES EXÉCUTÉES PAR .....	279	TÉCNICAS DE LUCHA MOSTRADAS POR.....	279