

САМОЗАЩИТА

номер 2 (61) 2013

БЕЗ ОРУЖИЯ

Эффектная техника

Секреты мастерства
Уали Куржева

стр. 26

Миссия выполнима

Боевое самбо
в Белоруссии

стр. 54

Свобода внутри

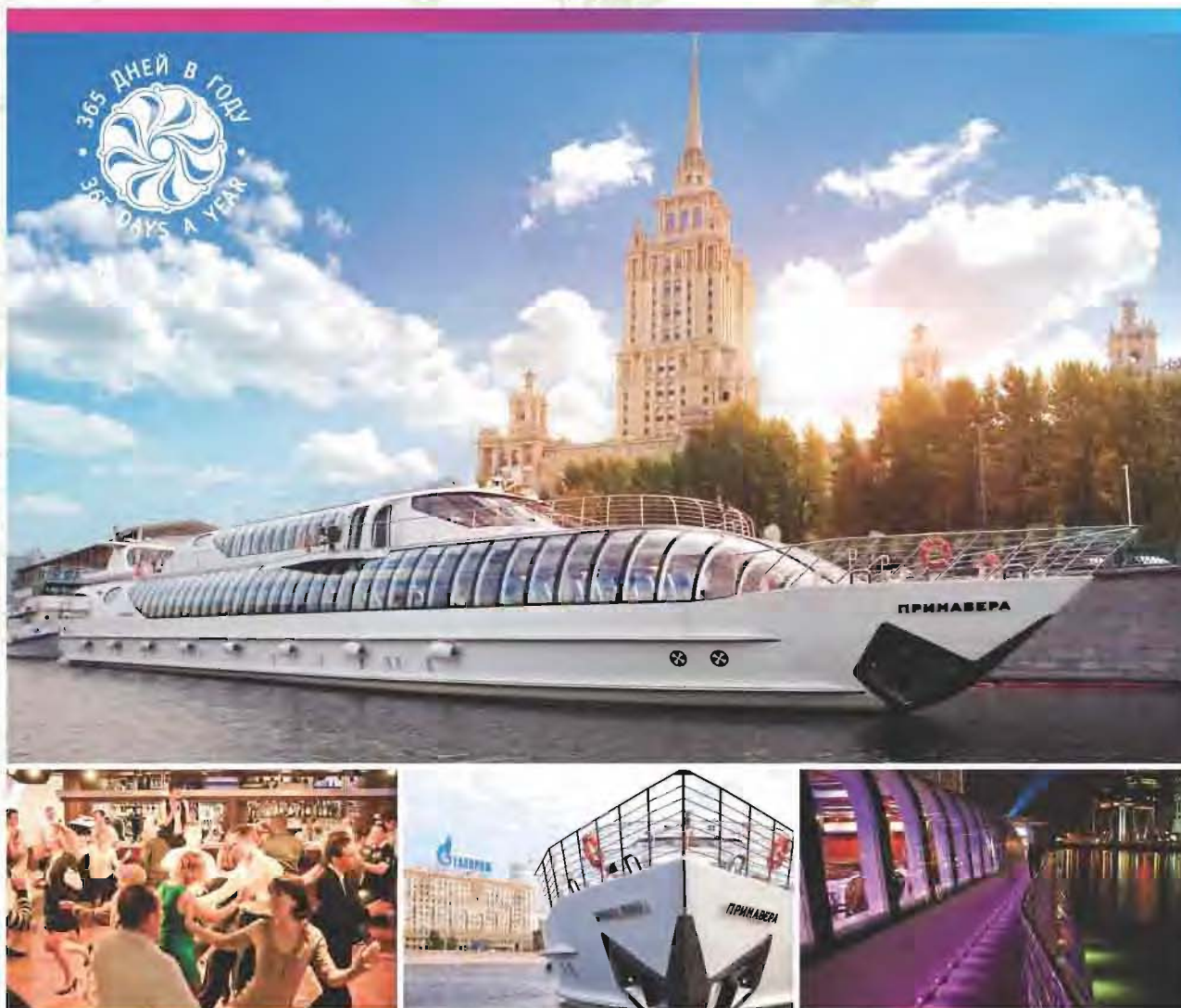
Как справиться
с волнением?

стр. 64

Анатолий Артамонов

О службе и служении

стр. 16



Февраль

14 февраля

День Святого Валентина (вечерний спецрейс)*: рейсы для влюбленных – атмосфера торжественная и романтическая, идеально подходящая для самых сокровенных слов.

23 февраля

Чествуем мужество!

Март

8 марта

Международный женский день (спецрейс)*: В честь прекрасного пола!

15 – 22 марта

Масленица по-итальянски

Бенефис шеф-повара флотилии сеньора Лоренцо.

22 марта

день Ризотто: дегустация ризотто

– от традиционных рецептов, до экзотических и авторских.

Добро пожаловать на борт!

Причал "Гостиница "Украина"

(набережная Тараса Шевченко)

Кутузовский проспект, 2/1 стр. I, ст. м. Киевская

Причал "Парк Горького"

ЦПКиО Им. М. Горького,

Пушкинская наб. (недалеко от Крымского моста).

ст. м. Октябрьская, Парк Культуры.

Флотилия
Radisson
ROYAL MOSCOW

12+

Журнал издают:

Всероссийская федерация самбо,
Центр стратегических исследований в области физической культуры и спорта

Редакционный совет: Асламбек Аслаханов, Сергей Байдаков,
Михаил Шульц, Евгений Глориозов, Николай Долгополов, Сергей Елисеев,
Борис Каторгин, Николай Лаверов, Давид Рудман, Илья Ципурский

Генеральный директор: Елена Павловская

Шеф-редактор: Александр Ершов

Зам. шеф-редактора: Мария Абелян

Редактор: Наталья Илюшина

Дизайн, верстка: Алена Короткевич

Корректор: Сергей Жиженков

Фотография на обложке: Влад Волков

Иллюстрации: Вячеслав Доронин

В номере использованы фотографии Фонда поддержки и развития самбо

Ведущий бухгалтер: Светлана Патренкина

Офис-менеджер: Лилия Фитиева

Системный администратор: Дмитрий Родионов

Директор по рекламе и PR: Альфия Рахимкулова

Директор по распространению: Дмитрий Янчук

Охрана и безопасность редакции: ЧОП «Ирбис ОМ»

Экспедиция: Сергей Тюрин

Адрес редакции: 127051, Москва, Большой Каретный переулок, 17, стр. 2

Телефоны редакции и рекламной службы:

(495) 699-94-34; (495) 699-21-25; (495) 699-46-23

Факс: (495) 699-96-44

E-mail: mail@samoz.ru

Адрес сайта: www.samoz.ru

Подписной индекс: 99393 по каталогу агентства МАП

Журнал зарегистрирован в Министерстве Российской Федерации по
делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.

Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ №77-
15725 от 26 июня 2003 г.

ООО ПО «Периодика»

Тираж 20 000 экземпляров

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных
материалов. Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов.
Перепечатка (в т. ч. в электронных СМИ) материалов без письменного
разрешения редакции запрещена.

Материалы со значком ® публикуются на коммерческой основе.

Скоро мы будем праздновать Международный день борьбы за права женщин и международный мир — так 8 марта именуется в официальных документах ООН. История праздника начинается в 1908 году, когда 15 000 женщин прошли маршем через Нью-Йорк, требуя равных условий оплаты труда с мужчинами. Два года спустя немецкая социал-демократка Клара Цеткин предложила использовать эту дату для регулярных демонстраций с целью привлечения общественного внимания к проблеме женской дискриминации. Несмотря на официальное название и происхождение, мы отмечаем 8 марта как день почитания женственности и красоты.

За две недели до Международного женского дня жители нашей страны отмечают «мужской» праздник, который был установлен в 1922 году как День Красной армии и флота. Вопреки распространенному мнению, в этот день не происходило ни катастрофических поражений, ни грандиозных побед. Просто молодой Советской республике были нужны собственные праздники. Идея отмечать 23 февраля пришла по душе не только военным, и сегодня мы признаем «защитниками Отечества» всех граждан мужского пола.

Еще раньше, 14 февраля мы празднуем День святого Валентина, который имеет второе название «День всех влюбленных». Какой из трех известных святых — римский священник, епископ Терни или мученик из Африки — подразумевается, мы не знаем. Но верим, что Валентин тайком венчал влюбленных воинов, которым император Клавдий II запрещал жениться. День святого Валентина пришел к нам 10–15 лет назад, но с тех пор успел прочно закрепиться в российском календаре.

У всех трех праздников ярко выраженный гендерный характер, все три праздника любимы в народе. Знаете, что это значит? Дефицит тепла и любви, которые мы, как можем, компенсируем во время праздничных дней: дарим цветы и подарки, признаемся в своих чувствах. И это очень правильные праздники, потому что они учат нас тому, что мы, быть может, стесняемся делать в повседневной жизни. Любви и счастья вам, дорогие женщины и мужчины!

ПОДПИСКА НА ЖУРНАЛ

- ООО «МАП» в каталоге «Почта России». Подписной индекс — 99393.
+7 (495) 648-93-94, map-smi.ru
- «ИНТЕР-ПОЧТА»: +7 (495) 500-00-60, interpochta.ru
- Агентство «Артос-Гал»: +7 (495) 663-74-59, 981-03-24
- «Информнаука»: +7 (495) 787-38-73, +7 (499) 155-43-42, informnauka.com
- «Деловая пресса»: +7 (495) 665-68-92, delpress.ru
- Интернет-магазин Emerci: emerci.ru
- Интернет-магазин Setbook: +7 (495) 517-51-64, setbook.ru
- «Прессгид»: +7 (812) 703-47-09, 900-17-53, pressgid@inbox.ru, pressgid.com
- «МК-периодика»: +7 (495) 672-70-89, periodicals.ru
- Агентство «Юнипресс»: +7 (495) 500-97-08, mega-press.ru
- Агентство «Информсистема»: +7 (499) 789-49-00, informsystema.ru
- «Урал-пресс»: +7 (495) 789-86-66, ural-press.ru
- Подписка на электронную версию журнала: www.pressa.ru

КУПИТЬ ЖУРНАЛ

- ЗАО «Сейлс» (оптовая и розничная продажа): +7 (495) 660-33-98
- Редакция журнала: +7 (495) 669-94-34, d@samoz.ru
- киоски MAXPRESS (г. Москва, полный список на сайте www.samoz.ru, страница «Где купить»)
- киоск «Экспресс-хроника» (г. Москва, ст. метро «Чеховская», Страстной бульвар, 4)

РАСПРОСТРАНЕНИЕ

Государственная Дума РФ, Совет Федерации РФ, Московская городская дума, Московская областная дума, Министерство по чрезвычайным ситуациям РФ, Российский Союз боевых искусств, Ассоциация работников правоохранительных органов и спецслужб РФ, Министерство иностранных дел РФ, Министерство спорта, туризма и молодежной политики РФ, 230 посольств и консульств РФ по всему миру, Всероссийская федерация самбо, Федерация самбо Москвы, Москомспорт, спортивные организации и клубы Москвы, базы проведения турниров, соревнований по самбо в Москве и регионах РФ, Оргкомитет Олимпиады «Сочи-2014», VIP-зал аэропорта Внуково, аэропорт Шереметьево-1, Австрийское представительство «Аэрофлота», бизнес-центры Москвы, Radisson Royal Hotel, Radisson Славянская Hotel, Royal Wellness Club, сеть салонов тайского массажа «Кинари», сеть фитнес-клубов N-ergo, сеть фитнес-клубов «Зебра», клиника «Никамед», клиника «Истрамед», клиника Elita Medical Center, ресторан «Тадж-Махал», «Спорт-бар» на Новом Арбате, ресторан «Колесо времени», сеть пивных ресторанов «Кружка», крупнейшие российские выставки, пропагандирующие спорт и здоровый образ жизни.

Уважаемые читатели!

Вы можете приобрести в редакции архивные номера или оформить подписку на журнал с любого номера, заполнив извещение (можно распечатать форму с сайта www.samoz.ru/pages/28). Стоимость 1 экз. вместе с доставкой до почтового ящика — 100 руб. В извещении не забудьте указать, какие именно номера вы хотите получить.