

Продукция Каллиста
Фильм

Удержания в дзюдо на жёлтый пояс



Аттестация спортсмена

Если вы не нашли нужную информацию посетите сайт kfvideo.ru +7-916-124-59-49

Кеса-гатаме (kesa-gatame) Удержание с боку.

Продукция Каллиста
Фильм



Для этого удержания характерна следующая позиция. Атакующий располагается сбоку от атакуемого. Одной рукой делает хват шеи, другой захватывает руку. Боком прижимается к атакуемому. Для поддержания позиции широко ставит ноги. Боковой частью головы прижимается к атакуемому.



Если вы не нашли нужную информацию посетите сайт kfvideo.ru +7-916-124-59-49



Ката-гатаме (kata-gatame) – удержание с фиксацией плеча головой.

Для этого удержания характерна следующая позиция. Атакующий располагается сбоку от атакуемого опираясь на одно колено. Двумя руками захватывает шею (обязательно с рукой атакуемого). Вторая нога отставлена в сторону для поддержания равновесия.

Если вы не нашли
нужную информацию
посетите сайт kfvideo.ru
+7-916-124-59-49



Kata-gatame

Продукция Каллиста Фильм



Ёко-шихо-гатаме (Yoko-shiho-gatame) Удержание поперёк.

Для этого удержания характерна следующая позиция. Атакующий располагается с боку у атакуемого. Одна рука под головой захватывает воротник кимоно, а другая между ног захватывает пояс. Атакующий лежит поперёк туловища атакуемого. Ноги ставятся широко.

Если вы не нашли
нужную информацию
посетите сайт kfvideo.ru
+7-916-124-59-49



Продукция Каллиста Фильм



ACADEMY



Ками-шихо-гатаме (Kami-shiho-gatame) Удержание со стороны головы.

Для этого удержания характерна следующая позиция. Атакующий располагается со стороны головы атакуемого. Руки согнутые в локтях захватывают пояс. Ноги согнуты в коленях. Туловище прижимает голову атакуемому.



Продукция Каллиста Фильм



Если вы не нашли нужную информацию посетите сайт kfvideo.ru +7-916-124-59-49

Тате-шихо-гатаме (Tate-shiho-gatame) Удержание верхом.



Для этого удержания характерна следующая позиция. Атакующий располагается сверху на атакуемом. Одна рука захватывает шею. Голова прижимает руку атакуемого. Вторая рука поддерживает равновесие. Ноги согнуты в коленях.

Если вы не нашли нужную информацию посетите сайт kfvideo.ru +7-916-124-59-49

Если вы не нашли нужную информацию посетите сайт kfvideo.ru

The screenshot shows the website interface for Kallista Film. At the top, there is a navigation bar with links for 'главная', 'магазин', 'новости', 'о нас', 'ebay shop', 'центр каллиста', 'каталог', 'фото', 'география поюков', and 'техника борьбы'. A search bar and a shopping cart icon are also present. Below the navigation, there are promotional banners for 'ebay store' and 'FREE' shipping. The main content area displays a grid of DVD products, each with a cover image, a title, and a price. For example, one DVD is priced at 170.00 руб. On the right side, there is a sidebar with a 'DVD Книжки Журналы' section and a 'Посмотрите на это предложение' banner. The bottom of the screenshot shows a navigation bar with 'В начало', 'Назад', and 'Вперед' buttons.

Продукция Каллиста Фильм
+7-916-124-59-49

