

```
window.yaContextCb.push(())=>{ Ya.Context.AdvManager.render({ "blockId":  
"R-A-7038977-3", "renderTo": "yandex_rtb_R-A-7038977-3" }) })
```



Что за видеокурс.

Бесплатный обучающий курс по боевому самбо. Автор курса Вячеслав Егоров. В курс вошли 8 видеоуроков.

Что вошло в видеокурс.

Содержание курса:

- Разминка боевого самбо.
- Освобождение от захватов.
- Заломы и скручивания (часть 1).

- Заломы и скручивания (часть 2).
- Удары руками и защита от них.
- Удары ногами.
- Тактические приёмы (эффективны и легко применимы на улице).
- Повторение пройденного.

Курс распространяется в виде e-mail подписки.

Дополнительную информацию смотрите на сайте бесплатного видеокурса:

[Узнать подробности \(перейти на страницу бесплатного видеокурса\)](#)

** Карточка курса:** * Название: Секреты боевого самбо
Автор(ы): Егоров Вячеслав
Формат курса: Бесплатный видеокурс
Цена: Бесплатно по подписке
Способы доставки: Скачиваемая версия.

*-данные карточки курса могут не соответствовать текущим данным о курсе, подробную информацию смотрите на сайте курса

** Другие курсы автора(ов), издателя:** Ссылки на страницы автора(ов),
Егоров Вячеслав

```
window.yaContextCb.push(()=>{ Ya.Context.AdvManager.render({ "blockId":  
"R-A-7038977-2", "renderTo": "yandex_rtb_R-A-7038977-2" }) })
```