

ВВЕДЕНИЕ

Любой человек хочет жить в состоянии спокойствия, защищенности и с чувством уверенности в себе. На протяжении тысячелетий ему в этом помогали всевозможные боевые искусства. Шло время, менялись жизненные условия, но опасности, которые подстерегали рядового горожанина или жителя деревни вне своего дома, не изменились. Наш современник, также как и житель древнего Рима, не гарантирован от встречи на улице с грабителями, хулиганами, или просто с человеком, которому не понравилось как вы на него посмотрели.

Человек на улице традиционно привык мало рассчитывать на помощь от других и старается надеяться на самого себя. В настоящее время, с развитием всевозможных коммерческих спортивных центров и фитнес клубов, появился большой выбор разных единоборств. Очень часто представители той или иной, вновь созданной системы самообороны, утверждают, что достаточно двух недель обучения и ученик превращается в мастера. Множество псевдо боевых школ будут за ваши деньги годами тренировать вашу внутреннюю энергию, утверждая, что в нужный момент все получится само на уровне интуиции. Но как известно, ценно лишь то, что проходит проверку временем. Существует достаточное количество единоборств, которые без рекламных трюков действительно могут помочь среднестатистическому человеку защитить себя на улице.

В книге подробно рассматривается Универсальная система боя «Аллигатор», которая удачно сочетает в себе лучшие техники каратэ, бокса и борьбы, что позволяет, с одной стороны, заинтересовать учеников, а с другой, обеспечить практическую эффективность в условиях уличной самообороны.

Данная система обучения создана автором книги как результат пятнадцатилетнего опыта тренерской деятельности и прошла проверку результатами более тысячи личных учеников.