

Рукопашный бой один из наиболее активно развивающихся видов единоборств в мире. Рукопашный бой - универсальная система обучения приемам защиты и нападения, соединившая в себе многие функциональные элементы из арсенала мировых видов единоборств (ударная техника руками, ногами, борцовская техника, болевые приёмы). Современный и быстро развивающийся вид боевых единоборств, получивший популярность за полноконтактные поединки.

Система включает в себя следующие разделы: тактические действия; психологическая подготовка; специальная физическая подготовка; технические действия, это техника ударов руками, ногами, головой, локтем, броски, захваты и т.д. из различных положений тела под разными углами.

В нашем городе этому виду спорта могут обучить в военно-спортивном центре «Патриот». Спортсмены выступают на областных и межобластных соревнованиях, занимая призовые места.

На прошедшем Чемпионате центрального федерального округа по рукопашному бою среди юниоров и юниорок (18-20 лет) в Липецке, нашу область представлял Дмитрий Гришкин, учащийся гимназии. Заняв в своей весовой категории третье место, он получил право выступать в составе команды центрального федерального округа на Первенстве России, которое пройдет в г. Рязани. А на Чемпионате, проходившем 1 ноября в Тамбове, Дмитрий занял 3 место.

В Воронеже прошел открытый Кубок Воронежской области по рукопашному бою среди мужчин. На этих соревнованиях успешно выступил Андрей Муравьев. Он занял третье место в весовой категории до 75 кг и выполнил норматив кандидата в мастера спорта.

Руководитель ВСЦ «Патриот» В.И. Стцаков