Tehničar obezbeđenja

Borilačke veštine - III razred

Zavod za udžbenike:Grupa autora

1. Funkcije pojedinih organa i način delovanja na osetljivim mestima
2. Vežbe zglobova prstiju,ruku, nogu, glave
3. Pritisci u gušenju u odbrani i napadu
4. Zahvati za privođenje i vezivanje
5. Odbrana od nenaoružanog napadača
6. Odbrana od udarca nožem
7. Odbrana od udarca rukom
8. Odbrana od obuhvata
9. Odbrana od gušenja spreda