



# СИСТЕМА КАДОЧНИКОВА

СЕБЯ ПРЕОДОЛЕТЬ!  
БОЕВЫЕ АЛГОРИТМЫ ДЛЯ  
ТОТАЛЬНОГО ПОДАВЛЕНИЯ  
ЛЮБОГО ПРОТИВНИКА





# БОЕВЫЕ АЛГОРИТМЫ ДЛЯ ТОТАЛЬНОГО ПОДАВЛЕНИЯ ЛЮБОГО ПРОТИВНИКА

В замечательной  
книге...

...русского спортивного психолога А. В. Алексеева «Преодолей себя!» есть один отрывок, с которого мы бы хотели начать этот доклад.

«Прекрасный пример мысленной концентрации, объединяющей в одно целое физический и эмоциональный компоненты, описывает Юрий Власов в рассказе «Выстоять». Настраиваясь на подъем тяжелейшего снаряда, штангист в последние секунды читает про себя любимый отрывок из стихотворения Эмиля Верхарна «Меч»:

*В тебе прокиснет кровь  
твоих отцов и дедов.  
Стать сильным, как они,  
тебе не суждено.  
На жизнь, ее скорбей  
и счастья не изведав,  
Ты будешь как больной  
смотреть через окно.  
И кожа сохнет,  
и мышцы ослабеют,  
И скука вьется в плоть,  
желания губя.  
И в черепе твоём  
мечты окостенеют.  
И ужас из зеркал  
посмотрит на тебя.  
Себя преодолеть!..*



В следующее же мгновение, разъярив себя столь страшными картинами и мобилизовавшись на предельное усилие самоприказом — «Себя преодолеть!», спортсмен берет гриф в «стальной хват», и штанга, как бы потеряв свою невероятную тяжесть, взмывает вверх»

Подобно тому, как герой этого рассказа нашел мощный мыслительный компонент для введения себя в оптимальное боевое состояние, любому из нас нужно найти оптимальный набор навыков, которые позволят уверенно себя чувствовать в любой жизненной ситуации. Владая таким личным арсеналом мы всегда сможем «Себя преодолеть!» перед лицом опасности.

В первом докладе этого цикла мы познакомились с главными правилами эффективной самообороны. Во втором докладе мы рассмотрели основные преимущества правильной обученности определенным действиям и превосходство таких навыков перед грубой физической силой.

Теперь вы знаете, что для получения надежных навыков эффективной самообороны нужна определенная подготовка. Она начинается с главных правил. Как им следовать? Лучше всего пройти обучение, чтобы на практике закрепить основные алгоритмы действий, научить своё тело двигать-

ся в оптимальном режиме и освободить мышцы от страха и напряжения. Именно поэтому обучение начинается с работы над страхом.

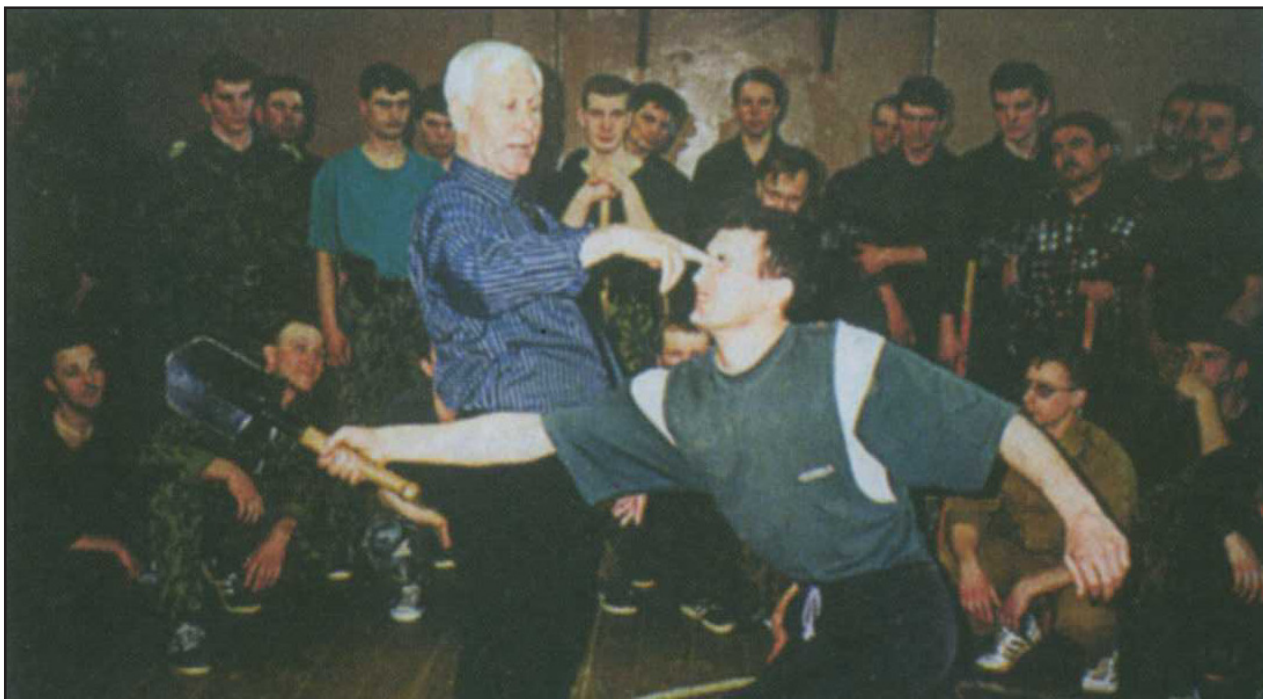
Как? С помощью специальных упражнений, которые оказывают весь спектр необходимого воздействия на тело и психику: это и специальный массаж, и навык мышечной релаксации, и умение обходить углы и препятствия.

Выполнение этих несложных упражнений позволит включить в действие механизм мышечной памяти.

Все эти приобретенные навыки включаются в работу в нужной ситуации. Помимо этих упражнений, которые создадут вам надежную основу для виртуозного владения своим телом, мы учимся правильно двигаться в боевой стойке.

Помогаем телу освободиться от скованности и мышечного напряжения при различных передвижениях. Затем учимся работать в контакте с противником и при этом не напрягаться ни физически, ни психически. Правильно выбирать зоны контакта и воздействовать на противника без использования грубой физической силы. Учимся экономить свои силы и умело использовать чужие.

Переходим к боевой динамике — овладеваем защитой от любых ударов



противника с помощью использования не только линейной, но и угловой скорости. Это позволяет нам раскладывать любое ударное воздействие на составляющие и всегда быть быстрее, чем противник. Учимся создавать моменты уязвимости противника после каждого его действия.

Затем приобретенные навыки переносим на работу с холодным оружием и подручными средствами. Специально-подготовительные упражнения помогут нам устранить психологические блоки при работе с холодным оружием и избежать ошибок, которые допускают 99% занимающихся. И, наконец, связываем все полученные знания в боевые алгоритмы для тотального подавления любого противника.

### **Что такое боевые алгоритмы?**

Это тот фундаментальный набор естественных для нашего тела двигательных навыков, который позволит правильно реагировать в любой ситуации на контринтуитивном (читай максимально эффективном) уровне вместо интуитивного.

Другими словами — из тысяч возможных движений, которое способно совершать наше тело в принципе (благодаря 244 степеням подвижности) нужно выбрать всего несколько самых-самых важных, которые имеют универсальный характер, применимы в любой среде (в тепле и холоде, на песке и на льду, в ограниченном пространстве, стоя или лежа и т. д.), не требуют физической подготов-



ки (человек может быть болен, ранен) и их легко и просто освоить.

Владея такими боевыми алгоритмами вы в десятки, а то и в сотни раз сокращаете время, необходимое для того, чтобы получить необходимые навыки для правильного поведения и эффективной самообороны в любой ситуации.

Так что если вы хотите с минимальными усилиями и в рекордные сроки превратиться из жертвы в охотника и быть готовым к любой конфликтно-экстремальной ситуации, вам лучше овладеть боевыми алгоритмами эффективной самообороны.

Для того, чтобы любой человек смог пройти это обучение с полного нуля и получить надежные базовые навы-

ки эффективной самообороны и был создан тренинг «Разбуди в себе воина». В программу тренинга включены самые простые, доступные и максимально эффективные методики личной техники безопасности Системы Кадочникова, благодаря которым тысячи людей, которые думали, что никогда не смогут обучиться самообороне, теперь виртуозно владеют своим телом и не боятся, что растеряются в опасной ситуации.

### **Программа Тренинга «Разбуди В Себе Воина!»**

**Тема 1:** Подготовка тела и формирование базовых двигательных навыков.



**Задача:** Научиться основам виртуозного владения своим телом, в том числе расслаблять нужные группы мышц, чтобы не накапливать в них страх, напряжение, тревожность. Мозг командует — тело исполняет.

**Тема 2:** Рабочая стойка и передвижения. Маятниковые движения и управление перемещением центра масс.

**Задача:** Научиться основам плавного текучего передвижения, экономии сил и точности движений.

**Тема 3:** Контакт с противником. Зоны контакта, захваты, выведение из равновесия. Уход из любых видов захватов, мышечная память.

**Задача:** Научиться основным навыкам воздействия на противника без использования грубой физической силы. Создавать правильные зоны контакта и осуществлять воздействие в нужном направлении для выведения противника из физического и психического равновесия, болевого воздействия или подавления.

**Тема 4:** Удары. Уязвимые зоны и точки тела. Области поражения и способы воздействия на них. Эффект сверхзвуковой скорости и волновой характер ударов.

**Задача:** Овладеть основными принципами ударной техники и способами ее использования для эффективной самообороны. Умение сохранять энергию для передачи импульса.

**Тема 5:** Защита от любых видов ударов. Линейная и угловая скорость. Принципы рикошета и эффект парадокса.

**Задача:** Овладеть основными принципами защиты от любых видов ударов твердыми предметами и частями тела (рукой, ногой) без использования грубой физической силы. Научиться перенаправлять силу противника против него самого при различных способах нападения.

**Тема 6:** Работа против группы противников. Психологические особенности и боевые алгоритмы.

**Задача:** Ознакомиться с основными принципами работы против группы противников. Ознакомиться с психологическими факторами при такой работе и особенностями восприятия ситуации при взаимодействии с несколькими нападающими.

**Тема 7:** Работа с холодным оружием. Специально-подготовительные упражнения для формирования навыков работы с ножом и другими вида-



ми холодного оружия. Психологическая подготовка при работе с холодным оружием.

**Задача:** Ознакомиться с основными принципами работы с холодным оружием. Овладеть специально-подготовительными упражнениями для снятия психологических барьеров при работе с холодным оружием.

**Тема 8:** Работа подручными предметами. Принцип «достройки» для

усиления наших физических и психических возможностей. Используйте все, что под рукой.

**Задача:** Ознакомиться с основными принципами использования подручных предметов для эффективной самообороны, развития периферийного зрения, умения видеть в любом предмете оружие; элементы, сбивающие внимание, разрыв шаблона, предметы-щиты, предметы-ножи, предметы-кастеты и т. д.



**Тема 9:** Боевые алгоритмы тотального подавления любого противника.

**Задача:** Научиться комплексно применять полученные знания как единую систему в зависимости от ситуации: выявить проблему, поставить задачу для ее решения тем или иным способом, оптимально использовать время, силы и средства, которыми располагаете в данной ситуации, иметь несколько вариантов решения.

**После Прохождения Тренинга  
Вы Будете Знать**

Как экономить энергию, прикладывать минимальную силу в нужном направлении и в нужное время;

Как побеждать заведомо более сильного и быстрого противника или нескольких противников за счет сведения к минимуму их силового воздействия при минимально возможных затратах своей энергии;





Способы наиболее рационального и целесообразного физического воздействия на противника, какие тактические и специальные психологические приемы способствуют эффективности их применения и сбережению энергозатрат;

Какие есть секреты внешнего силового воздействия на человека;

Как использовать весь спектр триединства ваших сил: физических, духовных, интеллектуальных;

Как базовые понятия прикладной механики рукопашного боя — пара сил, закон Динама, система рычагов — позволят вам уверенно управлять противником или противниками, контролировать ситуацию, и не оставлять им ни малейшего шанса;

Почему использование техники, которая на 99% отличается от всего того, что вы видели, является самым лучшим способом добиться неуязвимости в кратчайшие сроки;

### **А Значит Сможете:**

Владеть своим телом и психикой в любой ситуации, потому что в основе нашей методики (не имеющей аналогов в мире) — многолетние исследования по применению Системы во всевозможных экстремальных ситуациях;

Использовать в среднем не более 25% своей силы в любой схватке без потери эффективности и качества своей работы, потому что при таких минимальных энергозатратах работать Вы сможете намного дольше, чем любой из Ваших противников;

Действовать в любых условиях правильно и эффективно, мгновенно анализировать сложные ситуации и молниеносно принимать решения, потому что Система даст вам психическую и духовную стабильность для осознанного и правомерного применения своих умений и навыков;

Принимать любые удары противника и раскладывать их негативное воздействие на составляющие еще до того, как они достигнут цели. При этом вы будете затрачивать не более 25% своей силы;

Работать в любых плоскостях;

Обращать силу и агрессию противника против него самого, потому что будете знать как прикладывать совсем незначительные усилия в нужное место в правильном направлении;

Будете знать больше, чем 99,5% обычных людей о способах эффективного поведения в конфликтной ситуации;

Наверное Сейчас У Вас Остался Только Один Важный Вопрос: «Подойдет Ли Это Мне?»



Тренинг «Разбуди в себе воина!» предназначен для людей, которые хотят пройти обучение эффективной самообороне «с полного нуля» и не имеют никакого опыта занятий боевыми искусствами и единоборствами. Даже если вы не помните, когда последний раз занимались физическими упражнениями. Для участия в тренинге «Разбуди в себе воина!» спортивная подготовка НЕ нужна.

Для прохождения тренинга «Разбуди в себе воина!» вы можете воспользоваться тремя вариантами обучения:

- Трехдневный тренинг «Разбуди в себе воина!».
- Видеотренинг для домашнего обучения «Разбуди в себе воина!» на DVD.
- Видеоверсия трехдневного тренинга «Разбуди в себе воина!».

Цель тренинга — дать вам необходимую основу знаний, умений и навыков, благодаря которым вы сможете воспитать в себе внутреннего воина (личность безопасного типа), готового (физически и психически) в любой момент защитить себя и своих близких от хамства, агрессии или насилия.

Программа тренинга, независимо от того, как вы ее получите — на трехдневном тренинге лично или с помощью видеотренинга для домашнего обучения — позволит создать Вам прочную основу, своего рода «взлетную полосу», благодаря которой вы построите надежную броню своей личной безопасности, которая будет защищать вас в любой жизненной ситуации.

А сейчас давайте немного углубимся в структуру и содержательную часть программы тренинга «Разбуди в себе воина».

Программа содержит девять основных тем и столько же задач, решить которые вам помогут ваши наставники — Алексей Алексеевич и Аркадий Алексеевич Кадочниковы. Они проведут вас за собой, держа за руку, через всю программу тренинга и поэтапно обучат каждому важному элементу и аспекту подготовки.

Они раскроют абсолютно все карты. Посвятят вас в секреты, которые другие тщательно скрывают. Вы начнете с общей картины и стратегии, затем пройдете через каждый этап обучения, чтобы понять как работает формула боя для эффективной самообороны. Это подобно мозаике, которую из кусочков нужно собрать в одно большое панно.



И наоборот — если перед нами панно, то нам необходимо понять, из каких кусочков оно собрано. Данный тренинг — это не тот случай, когда вам показывают большую картину, а потом предлагают разбираться самостоятельно в деталях. Вы получите объяснение каждого шага в мельчайших подробностях.

Кроме того все участники тренинга «Разбуди в себе воина», независимо от формы обучения (живой тренинг, видеотренинг для домашнего обучения или видеOVERсия тренинга) получат постоянный доступ в онлайн-сообщество, которое мы создали для участников тренинга, чтобы на постоянной основе оказывать им поддержку: посылать дополнительные материалы, отвечать на вопросы, давать обратную связь.

Тысячи людей, таких же как и вы, уже сделали свой первый шаг и теперь виртуозно владеют своим телом и готовы достойно встретить любую жизненную ситуацию, какой бы опасной или сложной она не оказалась.

Сейчас ваше время: сделайте и вы этот шаг, поднимитесь на новый уровень, как это сделали сотни других людей до вас. Более подходящего времени для всего этого не будет.

Потому что именно к выходу нового тренинга мы приурочили самые

льготные условия для таких людей, как Вы — тех, кто регулярно читает нашу рассылку и следит за мероприятиями, которые мы проводим.

Поэтому примите правильное и полезное решение уже сейчас. Наша работа — сделать все, чтобы вы смогли принять это решение. Если вы готовы сделать шаг навстречу новому знанию, улучшить свою жизнь, чтобы обрести больше свободы и безопасности в своей жизни — пора действовать именно сейчас. Настало ваше время!

Если вы хотите заказать видеотренинг для домашнего обучения, то просто следите за нашими письмами в течение ближайших дней.

Мы будем счастливы помочь вам воспитать в себе внутреннего воина (личность безопасного типа) для полноценной жизни. До скорой встречи!