

Центральная школа
смешанных единоборств в
Зеленограде.

ГРАЧИК ЕНГИБАРЯ

ТРЕНЕР ПО СМЕШАНЫМ ЕДИНОВОРСТВАМ



8-916-124-59-49 2015kallista.com

8-916-124-59-49 2015kallista.com



Смешанные единоборства в Зеленограде.

В Каллисте, школу смешанных единоборств возглавляет Енгибарян Грачик Суренович. Это не просто тренер по смешанным единоборствам, а действующий профессиональный боец. Он принимал участие в турнирах таких промоушенов, как FNG, CFC, AFC. На данный момент профессиональный рекорд 17 побед и 7 поражений. Выступает в лёгкой весовой категории. Является мастером спорта Международного класса по Рукопашному бою. Мастер спорта по боевому самбо и ММА. Чемпион России Европы и Мира по рукопашному бою, чемпион кубка России по боевому самбо. Тренерский стаж с 2008 года.





8-916-124-59-49 2015kallista.com



Что обозначает сочетание букв ММА?

Смешанные боевые искусства (также ММА — от англ. Mixed Martial Arts) — боевые искусства (часто неверно называемые «боями без правил»), представляющие собой сочетание множества техник, школ и направлений единоборств. ММА является полноконтактным боем с применением ударной техники и борьбы как в стойке (клинч), так и на полу (партер). Термин «Mixed Martial Arts» был предложен в 1995 году Риком Блюмом, президентом Battleground, одной из ранних организаций ММА и, впоследствии, нашёл устойчивое применение и в неанглоязычных странах.

8-916-124-59-49 2015kallista.com

Кто может заниматься смешанными единоборствами?

Ограничений по возрасту и полу у нас в центре единоборств нет. Сейчас группу которую тренирует Грачик Енгибарян, посещают подростки с 14 лет и молодёжь от 20 до 35 лет. Если у вас нет противопоказаний к занятиям спортом, то вы тоже можете начать занятия. Многие сомневаются и не начинают занятия из-за отсутствия физической подготовки. Отбросьте сомнения приходите. Как тренер Енгибарян очень внимателен к новичкам и старается помогать им во всём.





8-916-124-59-49 2015kallista.com



Особенности смешанных единоборств.

Смешанные единоборства сочетают в себе ударную технику и технику борьбы на ногах и лёжа, а так же применение таких приёмов, как удушающие захваты, болевые приёмы, что существенно расширяет возможности бойца. Если вы не преследуете цель стать профессиональным бойцом, то просто выполнение из тренировки в тренировку различных упражнений из бокса, борьбы, боевого самбо, джиу-джитсу и других единоборств даст вам прекрасное физическое развитие, научит вас защите и нападению, а так же придаст вам психологической уверенности. На тренировках вы получите физическую и акробатическую подготовку. Для ребят, которым предстоит служба в армии это хороший вид подготовки. Если есть сомнения, то приходите на пробное занятие.



8-916-124-59-49 2015kallista.com

Форма для занятий.

Для первых занятий достаточно спортивные брюки или шорты и футболку. Если занятия проходят в борцовском зале то тренируются босиком, а если в боксёрском зале то нужны чистые кроссовки. Более профессиональную экипировку нужно покупать посоветовавшись с тренером.



8-916-124-59-49 2015kallista.com



Не хочу быть бойцом ММА, а заниматься хочу.

Здесь нет ни каких препятствий. 95 % занимающихся не думают о профессиональной карьере, а просто занимаются для себя. В центре единоборств Каллиста есть все возможности для таких занятий. Вполне возможно, что через 1-2 года занятий вы поменяете своё мнение. Возможности для занятий в Каллисте есть круглый год. Записаться то же можно в любом месяце.

