

Учебное издание

**Вольский** Василий Васильевич,  
**Коваленко** Владимир Николаевич,  
**Караван** Александр Васильевич,  
**Батурин** Алексей Евгеньевич,  
**Лешева** Наталья Сергеевна

**САМООБОРОНА КАК СРЕДСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНО-  
ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ**

Учебное пособие

Редактор О. Д. Камнева  
Корректор М. Б. Воронкова  
Компьютерная верстка И. А. Яблоковой

Подписано к печати 01.11.2018. Формат 60×84 1/16. Бум. офсетная.  
Усл. печ. л. 3,7. Тираж 100 экз. Заказ 123. «С» 78.  
Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет.  
190005, Санкт-Петербург, 2-я Красноармейская ул., д. 4.  
Отпечатано на МФУ. 198095, Санкт-Петербург, ул. Розенштейна, д. 32, лит. А.