

Министерство образования и науки  
Российской Федерации

Санкт-Петербургский государственный  
архитектурно-строительный университет

**В. В. ВОЛЬСКИЙ, В. Н. КОВАЛЕНКО, А. В. КАРАВАН,  
А. Е. БАТУРИН, Н. С. ЛЕШЕВА**

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

Учебное пособие

Санкт-Петербург  
2018