

Předmluva.....	9
Místo úvodu.....	15
Stopy evropských bojovníků.....	17
Vymazané dějiny.....	21

## **ČÁST 1.....25**

Nácvik technik.....	25
Způsob úchopu nože.....	27
Bojový střeh.....	29
Úhly útoku.....	31
Útočné techniky.....	32
Kombinování útočných technik.....	40
Základní kombinace - Tři ataky.....	42
Koncept obrany.....	45

## **ČÁST II.....59**

Obrana nožem proti noži.....	59
Vytváření protiútoků.....	69
Základní nácvik kontra-ataků.....	69
Kontaktní dril pro nácvik koordinace rukou.....	79

## **ČÁST III.....95**

Obrana rukou proti noži.....	95
Kontaktní dril pro změny vektoru síly.....	96
Technicko-taktické postupy obrany s následným odzbrojením soupeře .....	117
Modelové technicko-taktické postupy obrany.....	124
Obrana ve statických pozicích.....	145

<b>ČÁST IV.....</b>	<b>165</b>
Zrcadlo reality.....	165
V ohrožení života.....	171
Nutná obrana podle zákona v ČR a ve SR.....	181
Doslov.....	187
Doporučená literatura.....	188