

## Семинар по Хортингу в Чехове

Автор: Administrator  
19.12.2012 09:55 -

---

В пятницу 14 декабря 2012 г. в городе Чехов прошел семинар Сергея Нестерова по хортингу.

В дружеской атмосфере бойцы клуба "Сварог" постигали азы ударной техники и клинча.

Была проделана большая работа по становлению ударной базы рук и ног.

Все стороны остались довольны и рассчитывают на долгосрочное взаимное сотрудничество.