

## **В ЮЗАО учили обороняться**

10.02.2016

**В СДЦ «Орион» прошел открытый урок по айкидо, посвященный 27-й годовщине вывода советских войск из Афганистана. Об том сообщает газета «Москва. За Калужской заставой». Занятие провел мастер спорта Сергей Тихомиров.**

Получилась полноценная спортивная тренировка. Мастер показывал приемы, ученики старились их повторить, тренер внимательно следил за выполнением и, если что-то шло не так, указывал на ошибку.

В мире спортивных единоборств Сергей Тихомиров – личность известная. Еще во времена Союза он стал мастером спорта по самбо и дзюдо, а позже получил черный пояс по карате и многим другим восточным единоборствам.

---

Адрес страницы: <http://zuzino.mos.ru/presscenter/news/detail/2509933.html>

---

[Управа района Зюзино](#)