

# Лоу кик

Новый выпуск проекта Кунгфу Тренд, который посвящен лоу-кику: что такое лоу-кик, немного истории и как с этим бороться используя методы традиционного ушу.

Лоу-кик, также известный как удар по ноге – в единоборствах разновидность удара ногой по нижней части тела. Удар встречается в различных единоборствах: карате, кудо, кикбоксинге, муай-тай, крав-мага, лэхвей