

# БОЕВЫЕ ИСКУССТВА

КЛЮЧИ К СОВЕРШЕНСТВУ

2007 ФЕВРАЛЬ (№2)

**ДЖИУ-ДЖИТСУ**

Международный семинар

**КЕНДО**

Путь меча

**КАПОЭЙРА**

История развития

**КЭМПО**

Пятнадцать лет Пути

ТЕМА НОМЕРА

**Муэй Тай**

СПОРТ XXI века



## Фестиваль боевых искусств, посвящённый памяти по- гибших в локальных войнах и 27-й годовщине начала войны в Афганистане

Фестиваль состоялся 29 декабря 2006 г. во Дворце спорта г. Харькова. Информация о Фестивале вызвала бурный интерес у харьковчан и гостей города. Еще бы: география государств, в которых участвовали украинские воины, оказалась настолько широка, что можно смело вращать глобус.... Интернациональная помощь, миротворческие операции, представительства военных инструкторов: Алжир 1962-1964, Ангола 1975-1979, Афганистан 1979-1989, Бангладеш 1971-1972, Вьетнам 1961-1974, Эфиопия 1977-1979, Египет 1961-1963, 1967-1975, Ирак 2003-2005, Испания 1936-1939, Йемен 1962-1963, 1967-1969, Камбоджа 1970, Китай 1924-1927, 1929, 1939-1953, 1969, Куба 1962-1963, Лаос 1960-1970, Мозамбик 1967-1969, 1975-1979, Монголия 1939, Северная Корея 1950-1953, Сирия 1967, 1970, 1972, 1973, Сомали 1977, Венгрия 1956, Финляндия 1939, 1940, Чехословакия 1968-1969, Югославия 1992, Япония 1938, 1945.

Организаторами Фестиваля выступили Харьковское управление по вопросам физической культуры и спорта Департамента по гуманитарным вопросам Харьковского городского Совета (начальник управления Христов В. А.) и областной Комитет ветеранов локальных войн (Председатель Комитета Стойка И. И.).

Программой Фестиваля предусматривалось выступление лучших спортсменов, специалистов в области боевых искусств: Таэквондо, Айкидо, Каратэ, Кикбоксинг, Историческое фехтование. Проведение мастер-классов Учителями и лучшими бойцами Федераций боевых искусств собрало огромное количество поклонников спорта, участников боевых действий, молодежи, ведущей активный и здоровый образ жизни. Впервые были проведены показательные выступления, на которых продемонстрировали свое мастерство рукопашного боя бойцы отряда специального назначения «Беркут».

Кроме Мастеров боевых искусств участникам Фестиваля представили свои номера Федерация художественной гимнастики, детские студии, а также почетные гости из г. Винница — ансамбль «Долг»,

*Нам нужен мир сегодня, ежедневно  
Нам нужен мир не в пепле, а в цветах.  
Нам нужен мир! Бушует голос гневно  
Нам нужен мир, а не ракетный страх.*

*Нам нужен мир для сотен миллионов  
Нам нужен мир для завтрашнего дня  
Нам нужен мир без грозных полигонов  
Нам нужен мир! Нам не нужна война!*

исполнивший песни о харьковчанах, погибших в локальных войнах.

Четко слаженная программа Фестиваля была обеспечена благодаря стараниям Спортивного Центра детства и юношества «Гранд» под руководством Заслуженного тренера Украины Петра Николаевича Кызима и Художественного руководителя по спортивно-массовым мероприятиям КП «Харьковский Дворец Спорта» Щерецкой Валентины Михайловны.

Молодежь, пришедшая на Фестиваль, была очарована техникой и тактиками ведения рукопашного боя, продемонстрированными лучшими бойцами Федерации Кемпо и Кобудо Украины (президент Сушинский Б. Е.), Харьковской областной федерации рукопашного боя (президент Костин Д. Д.), Харьковской областной федерации бокса (президент Задорожный Л. Я.), Харьковской областной федерации кикбоксинга и контактных видов спорта (президент Беднов И. В.), Харьковской городской федерации ушу-кунфу (президент Аристов И. Г.), спортивного клуба каратэ «Тора» (президент Караван В. В.), спортивного клуба «Пересвет» и федерации джиу-джитсу (президент Давидич Ю. А.), Представительства Ассоциации айкидо айкикай Украины в Харьковской области (президент Серовой Г. В.), Харьковской областной федерации самбо и дзю-до (президент Полянский Э. А.). Увидев своими глазами, что такое мастерство в рукопашном поединке, многие молодые ребята, дети и юноши проявили желание посещать секции боевых искусств, понравившихся им больше всего.

Огромный интерес был вызван выступлениями спортсменов Харьковской городской федерации гиревого спорта (руководитель Евгений Плотников), украинского клуба исторического фехтования (руководитель Александр Суботин), а также Харьковской городской федерации художественной гимнастики (президент Савенко Е. А.).

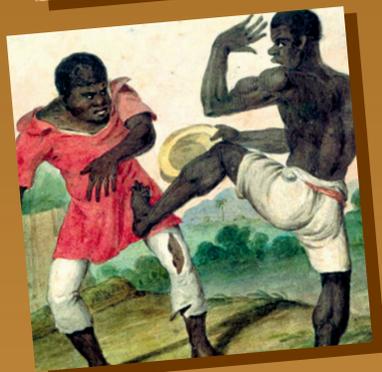
Что же — в добрый путь Фестивалям боевых искусств, благодаря которым патриотизм, любовь к Родине и чувство национальной гордости становятся на просто словами...



# БОЕВЫЕ ИСКУССТВА

КЛЮЧИ К СОВЕРШЕНСТВУ

ФЕВРАЛЬ 2007 (№2)



## Содержание

### 5 Муэй Тай – спорт XXI века

- 6 История Муэй Тай
- 8 Техника боя
- 12 Интервью с Максимом Кийко
- 15 «Звездный ринг»

### 20 Кендо

- 20 Путь меча
- 22 История традиционного японского меча
- 23 История развития японского доспеха

### 26 Тактики и стратегии

- 26 Вольная борьба
- 30 Карате годзю-рю
- 35 Кикбоксинг

### 38 Кэмпо

Пятнадцать лет пути

### 43 Школы боевых искусств

Академия Боевых Искусств "Честь"

### 44 Капоэйра

- 46 История развития
- 48 Бразильские мастера проводят чемпионаты по капоэйре в Украине

### 50 Джиу-джитсу

Международный семинар

“ Кроткий как ягненок  
и яростный как тигр

”



## МУЭЙ-ТАЙ — СПОРТ XXI ВЕКА

**Муай Тай, что в дословном переводе с тайского языка означает «Тайский бокс». Он возник более двух тысяч лет назад как боевое воинское искусство и стал неотъемлемой частью тайской культуры, впитав в себя национальный и фольклорный колорит тайского народа, его религию и духовный мир.**

«Кроткий как ягненок и яростный как тигр» — таков национальный характер танцев. И это ярко проявляется в тайбоксе. В начале боя происходит церемония Рам Муай: бойцы выполняют ритуальный танец, выполняя мягкие и очень красивые движения под плавную, мелодичную музыку, Вай Кру, не уступая в этом профессиональным танцорам. Наблюдая эту специфическую и красивую церемонию, едва ли можно поверить, что через несколько минут на ринге бойцы будут демонстрировать высочайшую технику контактного боя, во время которого будут наносить сокрушительные удары с колоссальной силой и скоростью не только кулаками, но и ногами, локтями, коленями, атакуя почти любую часть тела противника. Именно поэтому Муэй Тай считается одним из самых зрелищных видов единоборств и оправдывает свое название «бокс восьмируких» (2 кулака, 2 колена, 2 локтя, 2 голени).

Среди всех ударных единоборств Муай Тай считается наиболее жесткой и сокрушительной системой ближнего боя. «Локоть побеждает кулак, а колено побеждает ногу» — это один из принципов Муэй Тай. Именно в клинче тайбоксер может реализовать весь ударно-разрушительный арсенал Муэй Тай. О тайбоксе говорят «оружие, которое всегда с тобой».

Удар локтем один из сильнейших и опаснейших ударов в Муэй Тай вследствие большой скорости и короткого пути. Он сопоставим с ударом меча, и, как правило, приводит к рассечению брови, уха или другой части лица, а победа техническим нокаутом в Муэй Тай также почетна, как и победа просто нокаутом, что говорит о большой ловкости бойца.

Удары коленом являются наиболее сильной и разрушительной частью арсенала Муэй Тай и используются в основном в ближнем бою, но выполняемые в прыжке удары коленом становятся мощным оружием, поражающим противника с дальней дистанции. Именно колено становится главным оружием в поединке тайбоксера с боксером.

Удары ногой занимают львиную долю в техническом арсенале Муэй Тай. Один из принципов Муэй Тай гласит: «Ноги — это «тяжелая артиллерия», которая открывает дорогу «пехоте» — рукам». Тайбоксеры поражают всех своим умением наносить удары или блокировать их голенью. Бойцы Муэй Тай славятся



способностью «расстреливать» противника сериями из 10 ударов ногами, наносимых в голову, по корпусу и ногам в любой последовательности и с нарастающей скоростью и силой.

Для закаливания ударных частей используют мягкие боксерские мешки и специальные тренировочные лапы.

Муэй Тай иногда называют «бой с помощью духов». Ритуальный танец бойцов (Рам Муай), неизменно предваряющий поединок, напоминает шаманскую пляску северных народов или вызывание духов, при котором боец входит в своеобразный транс, измененное состояние сознания.

Неотъемлемой частью боев является музыкальное сопровождение ритуального танца и самого боя. На Западе используется записанная музыка. В Таиланде же соревнования проходят под аккомпанемент живой музыки, где темп и тон музыки меняются в зависимости от событий, происходящих в ринге тем самым вовлекая зрителей и участников боя в общее действие.

Как известно, ритм освобождает сознание от бремени формальной логики, расковывает психику и приводит ее, как это часто бывает на концертах рок-музыки, в состояние транса. В истории всех народов подобные свхваты под музыку — реликтовое наследие тех времен, когда мужчины сражались за женщину в брачном поединке. В Таиланде по самым мелким деталям танца болельщики подчас определяют уровень технику бойца и даже кто победит.

Чтобы представить себе бой по Муэй Тай, вообразите себе что боксеру, кроме ударов руками, разрешено бить ногами, коленями, локтями, захваты, броски. Нанесение ударов коленями при захвате головы соперника руками в клинче вообще является «визитной карточкой тайского бокса». Профессионалы дерутся 5 раундов по 3 минуты с 2-х минутным перерывом между раундами, где из снаряжения используются лишь 8-унцовые боксерские перчатки, капа и паховый бандаж. У любителей очень большие ограничения: формула боя: 5 раундов по 2 мин. (1 мин — перерыв), спортсмены обязательно одевают защитное снаряжение, на голову — шлем, на тело — жилет, на локти и голени — специальные мягкие протекторы и на руки 10-унцовые перчатки.

«Смертельный спорт» — именно так называют в США тайский бокс. Это наиболее модернизированный для современного спорта вид боевого искусства, удивительный синтез зрелищного полновесного поединка и реальной боевой схватки.



# ИСТОРИЯ МУЭЙ-ТАЙ

К сожалению, история возникновения тайландского бокса Муэй Тай до сих пор остается неясной.

Тайландские исторические записи навсегда потеряны в 1764 году, когда бирманская армия осадила древнюю столицу Таиланда — Аюджайя. Город был опустошен, разграблен и сожжен. Все сокровища, религиозные реликвии и произведения искусства, так же как и королевский архив, были уничтожены. То немногое, что мы знаем, пришло к нам из древних писаний камбоджийцев и бирманцев, а также нескольких летописцев.



О том, откуда пришел Муэй Тай, и как сформировалось это боевое искусство известно не совсем точно. Но до сих пор об истоках Муэй Тай идут горячие споры.

Считается, что Муэй Тай возник во время сражений тайского народа с Китаем,

и искусство Муэй Тай постепенно оттачивалось в ходе сражений за землю.

Но известно точно, что Муэй Тай был неотъемлемой частью тайской культуры с самого ее зарождения. В Таиланде Муэй Тай расценивается как спорт королей. В давние времена все вопросы национального уровня решались путем Муэй Тай состязаний.

Первый большой интерес к Муэй Тай возник при короле Нарсуэне в 1584 году, во времена известные как Аюджайя период. В то время каждый солдат обучался Муэй Тай и мог использовать, так как этим качеством обладал сам король. Медленно, Муэй Тай, взявший корни в «Чупасарт», превратился в новый вид боевого искусства.

Изменения продолжались и при другом короле — Прачао Суа — Король-тигр. Ему настолько нравился Муэй Тай, что он очень часто инкогнито сражался в деревенских состязаниях, побеждая местных чемпионов. Во времена правления Короля-тигра в стране был мир. Король, желая занять чем-либо армию, распорядился всем изучать Муэй Тай. Интерес к Муэй Тай увеличивался все больше и больше.



Тайландский бокс стал любимым спортом и приятным времяпровождением для народа, армии и короля. Исторические источники говорят о том, что люди различных общественных положений толпами собирались в тренировочных лагерях. Богатые, бедные, молодые и старые, все хотели видеть выступления боксеров Муэй Тай. В каждой деревне проводились состязания, и устанавливался приз, и имелся чемпион. Во время каждого боя заключалась пари. Традиция заключения пари дошла и до наших дней, но тогда пари заключалось из чувства собственного достоинства, теперь же,

на исход поединков ставятся немыслимые суммы.

Муэй Тай был всегда любим тайским народом, но как и любой спорт, были времена, когда он был наиболее популярен. Во времена правления Короля Рама 5, многие матчи по Муэй Тай были организованы королевской властью, а победители получали военные титулы от Короля, в основном это были бойцы из королевской гвардии. В наши дни это можно представить себе как нечто подобное «Майор бокса». В те времена это был наиценнейший приз и очень уважаемый титул.

Период правления Рама 5 был «золотым» временем для Муэй Тай. Строились тренировочные лагеря, начальники королевского Командования повсюду искали талантливых боксеров. Организаторы матчей стали проводить грандиозные по своим размерам турниры с соответствующими призами и почестями победителю. Это волновало людей тогда настолько, насколько сейчас интригуется и возбуждается толпа зрителей на стадионах в Бангкоке во время боев.

В те времена матчи не велись на ринге. Любое пространство подходящих размеров использовалось для боя, деревянная площадка или даже внутренний двор деревенского дома.

Во времена короля Рама 6 начали использовать ринг, окруженный веревками, а отсчет времени производился по часам. До этого времени отсчет времени производился по плавающему по воде проколотому плоду кокосовой пальмы. Когда плот тонул, барабан извещал о конце раунда.

Муэй Тай всегда был излюбленным видом спорта для людей. Любой мог изучать Муэй Тай, будь то простой человек или сам король. Муэй Тай был частью школьной программы до 1920 г., пока это не было отменено. Люди, однако, продолжали изучать Муэй Тай в клубах и спортзалах, как и сегодня.

Столетиями тайская армия изучала Муэй Тай. Военный изучал и тренировался Муэй Тай столько, сколько он был в армии. Для армии это было средство активного ближнего боя, боевое искусство с древнейших полей сражения. Когда тайский солдат сражается лицом к лицу с противником, он использует Муэй Тай. Хотя, так делает любой таец, и женщина, и мужчина. Смотреть Муэй Тай, изучать, повторять движения — это часть детства каждого тайца. Так было всегда.

Люди во все времена следовали за этим спортом и удивительнейшим образом смогли перенести его с поля сражений на ринг. Простой человек сделал столько же для этого, сколько и король. Одним из первых королей, способствовавших трансформации Муэй Тай из боевого искусства в вид спорта, был Король-тигр, который не только определил стили, но и оборудование.

Во времена Короля-тигра руки и предплечья обматывались полосками из шкуры лошади. Это было нужно, во первых, для защиты боксера, а во вторых для более сильного удара. Позднее стали использовать пеньковые веревки или обычные хлопковые ленты. Во время проведения некоторых



боев, с согласия обеих сторон, ленты из хлопка пропитывали клеем и добавляли битое стекло.

Бойцы Муэй Тай во все времена перед боем надевали паховую защиту. Удар в область паха был разрешен вплоть до 1930 г. В древности паховая защита изготовлялась из коры деревьев или морских раковин, укрепляемая с помощью куска материи, обвязанного между бедрами и вокруг пояса. Потом использовали треугольную подушечку определенной формы, красную или синюю. Использование бойцами Муэй Тай защитных паховых раковин началось после того, как один из тайских боксеров увидел их на соревнованиях в Малайзии. Он вернулся туда с этой идеей, и с того времени Муэй Тай бойцы стали использовать именно такую защиту.



В 1930 г. произошли кардинальные изменения в спорте. С того времени определились основные положения в правилах и инструкциях Муэй Тай, которые существуют и используются и по ныне. К примеру, обвязывание рук веревками было заменено на обычные боксерские перчатки. Это дало возможность повысить успех тайских боксеров в международном боксе.

Наряду с боксерскими перчатками возникли весовые категории, основанные на правилах международного бокса. Эти и другие нововведения — как например ограничение времени боя 5-ю раундами, существенно изменили технику ведения боя, которую использовали боксеры, заставив тем самым некоторые особенности древней техники Муэй Тай бесследно исчезнуть.

Перед появлением весовых категорий боксер мог драться с противником любого веса и роста. После разграничения в весовых категориях определялся не один чемпион, а по одному в каждой весовой категории.

Во времена правления короля Рама 7 самодельные ринги и деревенские дворы были заменены на стадионы в качестве мест проведения боев. Во время Второй мировой войны они были полуразрушены, но потом восстановлены и уже в скором времени после окончания войны боксеры со всех концов страны съезжались в Бангкок попытать счастья на стадионах Муэй Тай.

Самыми главными боксерскими стадионами считались Раджадамнерн и Лямпини. Победа на этих стадионах приносила славу и деньги. Позднее бои начали показывать во всей красе и цвете по телевидению. 7-й тайландский телевизионный канал начал показывать бои в цвете 20 лет назад. Теперь телевидение Таиланда 4 вечера в неделю транслирует захватывающие поединки для миллионов зрителей.

«Мы дрались со всеми!» — заявляют те, кто дрался до Второй мировой войны, «Мы должны были знать все трюки и уловки нашего ремесла. Мы использовали удары и технику древних бойцов. У нас не было перерывов, и мы дрались до того «как один из нас упадет без сил»...»

Они в чем-то правы. Муэй Тай значительно изменился с годами. Многие традиции боевого искусства, передаваясь из поколения в поколение, где-то затерялись во времени так и не дойдя до нас.

Но несмотря на изменения, Муэй Тай не утратил ни одного из своих экзотических преимуществ и мистики. **Муэй Тай — это искусство, искусство сражения, в прошлом на поле боя и сейчас на ринге.** Муэй Тай не утратил своей привлекательности в Таиланде. Телевидение транслирует захватывающие поединки Муэй Тай наряду с престижными программами.

В провинциях люди собираются в любом месте где есть телевидение, в городах улицы пустеют во время проведения Муэй Тай поединков.

Наряду с популярностью в своей родной стране Муэй Тай становится популярным и во всем мире. Энтузиасты и любители этого вида, которые развивают его на всех 5-и континентах планеты. Есть представители и организации как в Америке, Австралии, Японии, Европе, так и во многих других странах по всему миру.

**Кстати, Муэй Тай — практически единственный вид иностранного боевого искусства, который практикуют на «ура» в Японии. Достаточно вспомнить как там проходит турнир «K1», где сильнейшие тяжеловесы планеты бьются за гонорар в 400 тыс. долларов.**

В Таиланде 90.000 только профессиональных боксеров, для которых это обычная работа, профессия, как таксист или слесарь. Естественно, большинство из этих рядовых бойцов получает копейки. Звездные гонорары у «звезд». В стране 2,5 тысячи боксерских лагерей причем там не разделяют Муэй Тай и бокс. В одном лагере воспитывают как чемпионов по Муэй Тай так и чемпионов Мира по профессиональному боксу (WBC, WBA). Интересно заметить, таец — чемпион Олимпиады по боксу в Атланте, параллельно является чемпионом Таиланда по Муэй Тай.

Чак Норрис назвал тайский бокс «**спортом XXI века**». В этом году в I.A.M.T.F. (International Amateur Muay Thai Federation) состоит уже более 70 стран мира.

Знаменательная и великая истоия Муэй Тай обязательно будет продолжаться, так как этот удивительный вид спорта находит большое признание и международную популярность.



## ТЕХНИКА БОЯ

В отличие от китайских, японских, вьетнамских боевых искусств, в Муэй Тай нет комплексов формальных упражнений (ката), хотя базовые упражнения представляют собой короткие связки основных приемов. Большинство этих связок известно с тех времен, когда Муэй Тай назывался «пахуют». Они подразделяются на основные (маэ май) и дополнительные (лук май).

Удар кулаком в Муэй Тай наносят, как изолированно, так и в серии связок. Основной ударной поверхностью являются костяшки пальцев, а в перчатках — их «фасад». Раскрытая перчатка используется для того, чтобы накрыть прямой удар или отвести его в сторону. Удары ладонью, пальцами, тыльной стороной запястья не применяются. Техника работы кулаками похожа на технику обычного европейского бокса: хук, свинг, апперкот, прямой удар, против каждого из них используют несколько способов контратаки или блокировки.

Большое внимание бойцы Муэй Тай уделяют локтю, считая его оружием столь же острым и опасным, как лезвие меча. Удары локтем очень сильны, их трудно остановить, они часто вызывают кровотечение. Наиболее распространенный удар локтем в Муэй Тай — «сок ти», по принципу исполнения напоминающий боксерский свинг. Впрочем, удары локтем наносят практически во всех направлениях и под любым углом: снизу — вверх (сок хад), по диагонали наружу (сок чи-енг), сверху-вниз по вертикали (сок саб и сок тонг). Такими ударами можно запросто сломать противнику руку или перебить позвоночник). Есть работа двумя локтями сразу, как на блок, так и на удар (сок ку), но самым сложным приемом считается удар локтем назад (сок клаб), выполняемый и по прямой, и круговым движением.

Методов использования колена тоже немало, но в основном, это прямой удар (као тоун) и круговой, в самых разнообразных вариантах, в том числе с подпрыгиванием. Высоко поднятое колено может служить блоком при ударах ногами и в то же время позволяет проводить «колющие» удары стопой. А положение, когда мастер Муэй Тай захватывает голову противника или входит в клинч в сочетании с ударом коленом, вообще может считаться визитной карточкой тайского бокса. Коленом бьют и в прыжке, даже в подбородок или в лицо (као лой), но развита и техника работы коленом в нижнем уровне, против коленей противника и против попыток подойти поближе (као ной и као кратай). Часто удары коленом применяют в сочетании с ударами локтем.

Техника ударов ногой (точнее, стопой) разработана в меньшей степени. В ее арсенале отсутствуют подсечки и удары в прыжке. Базовый удар стопой (тэ пиен тхан) — это прямой удар, направленный в пах или в солнечное сплетение. Боковых ударов немного, их наносят, как правило, с разворота или в круговом движении. Есть и аналог «маваси-гэри», удар, который называется «кроко-

“ Локоть побеждает кулак, а колено побеждает ногу ”

дил взмахивает хвостом». Зато хорошо разработана система ударов, нацеленных в подколенную ямку и цепляющих противника за ноги (тэ пааб и тэ таад).

Многие иностранцы-путешественники, не разбирающиеся в боевых искусствах, воспринимают Муай Тай просто как драку без ограничений. В этом есть некоторая доля истины, потому что по сравнению с другими видами и направлениями боевых искусств, Муэй Тай наиболее эффективен в уличной драке. Или, по крайней мере, относится к числу самых эффективных. Жесткий характер тренировок, высокая скорость движений, активная отработка всех приемов в спарринге делают бойцов Муэй Тай чрезвычайно опасными противниками в реальных уличных столкновениях. К тому же в этом виде единоборств период выработки боевых навыков очень короток. Если человек, который занимается, к примеру, Айкидо, может реально противостоять противнику в лучшем случае через пару лет ежедневных тренировок, то приемы Муэй Тай можно достаточно уверенно применять на улице уже через месяц интенсивного обучения.

**Биомеханика движений такова, что в удар вкладывается максимально возможная масса. Подобный подход близок славянской душе, столь не любящей разбираться в деталях и тонуть в мелочах.**

Все поединки в Муэй Тай проходят под традиционную тайскую музыку, задающую их ритм и исполняемую на четырех инструментах: пи джава (яванский кларнет), клонг кэк (двойной барабан), шинг (металлические цимбалы) и конг (тайский тип барабана). Ведущую партию исполняет кларнет, звук которого считается наделенным магическими свойствами (поэтому хорошего музыканта нередко приравнивают к магу).

Муэй Тай почти не связан с буддийской религией Тхеравады, являющейся государственной в стране. Дело в том, что это направление буддизма проповедует пассивность, покорность судьбе, непротивление злу насилием, поэтому между буддийской идеологией и боевыми искусствами не произошло того слияния, которое характерно для Китая (Шаолинь!), Кореи или Японии. Отсутствие подобной связи компенсируется местной магией, правилами «честного боя» и мифологией, пришедшей из Индии.





Магическое значение имеет татуировка, в изобилии покрывающая тела профессиональных боксеров. Она изображает различные «волшебные» знаки и схемы, либо «покровительствующих» животных. Магической силой обладает, по мнению адептов Муэй Тай, и головная повязка, скрученная из куска полотна с нарисованными на

нем символами, и освященная специалистом по магическим обрядам. Эту повязку называют «монгкон» и носят постоянно, не снимая даже во время боя. Вторая повязка того же рода носится на одном из бицепсов. Развита в Муэй Тай практика заклинаний (мантр), используемая на тренировках и перед началом поединка, чтобы войти в необходимое психологическое состояние. Вот как, например, звучит заклинание, произносимое перед боем:

НА ян бот сонгкрам  
 МА тид там самру  
 БУД тор су пай рин  
 ДХА прав сын пол край  
 Я чок чай чана  
 НА в месте, где идет война  
 МА следую за врагом  
 БУД сражаюсь с врагом  
 ДХА собрав все силы  
 Я для славной победы

Прочитав первые слога по вертикали, получим слова «Нама Буддхая», что на санскрите означает «Слава Будде!». Считается, что подобная анаграмма усиливает магическое значение и силу заклинания.

Магическими ритуалами пронизана церемония посвящения в бойцы. Она включает ритуальное подношение цветов и благовонных палочек статуэтке бога Вишну-Нараяна, вручение отрезков ткани и небольшой суммы денег учителю, угощение всех участников церемонии мясом и вином. Церемония происходит, как правило, в доме учителя, и называется «эк кру». (Вообще, почитание учителя очень развито в Муэй Тай, и такой день недели, как четверг, традиционно считается днем почитания учителей). Сейчас, правда, вера в магию слабеет. Татуировку, например, все чаще воспринимают просто как знак принадлежности к определенной школе, а не магическую символику.

Боец Муэй Тай должен быть вежливым по отношению к своему противнику. Всякие оскорбления на ринге запрещены, перед началом поединка бойцы должны обменяться рукопожатиями, а сам бой начинается только после исполне-

ния обоими участниками «рам Муай». Вообще, комплекс требований к боксеру включает в себя требования нравственного характера. Это мужество и самообладание, способность принимать решения на ринге и вне его в соответствии с правилами чести и нормами морали, это уважение к старшим, это спортивный дух, свободный от зависти и чувства мести. Боец Муэй Тай должен являть собой пример благородства, скромности, честности, уважения к законам и обычаям своей страны. Клятва, которую дает всякий, кто вступает в любой клуб Муэй Тай, звучит в Таиланде следующим образом:

*«Я буду сильным и чистым, всегда поступать честно, всегда следить за своим поведением. Я никогда не стану кичиться своей силой и задираю слабых. Я буду стараться совершать добрые поступки, отзываясь в сердцах других людей. Я буду повиноваться своим наставникам и верен своей нации. Мы все, ученики и учителя, будем любить друг друга, будем едины в своих целях и помыслах и всегда помогать друг другу».*

Правда, эта клятва, хоть и считается наделенной магической силой, не мешает накалу страстей, связанных с тотализатором, активно работающим в профессиональном Муэй Тай. Ставки бывают очень большими. Бывает также, притом достаточно часто, что после объявления победителя, выигравшего по очкам, недовольные зрители забрасывают спортсменов и судей пустыми банками и бутылками. Иногда они даже требуют остановки боя и дисквалификации боксера, который, по их мнению, сражается не в полную силу.



### Современный «Муэй Тай»

В 1912 году тайцы познакомились с европейским боксом. Чтобы избежать разночтений, чок муай был переименован в «Муэй Тай» («поединок свободных» или «свободный бой»), а европейский вариант бокса стали называть «Муай Сакон» («кулачный бой иностранцев»). Его появление привело к изменениям в правилах. В конце 1920-х годов Муэй Тай еще более европеизировался. Окончательно официальные правила Муэй Тай были утверждены и опубликованы в 1962 году.

Современный армейский прикладной стиль тайского рукопашного боя именуется **лед рит**. В отличие от спортивного Муэй Тай, здесь присутствуют любые приемы, способствующие быстрому выведению противника из строя, в том числе удары по глазам, в пах, захваты за волосы и т.п.

### Боевые искусства Таиланда (помимо Муэй Тай)

Боевые искусства Таиланда — это не только Муэй Тай. Интересным и забавным направлением является **муай тале** («морской бой» или «морской

“ Бокс восьмируких:  
 2 кулака, 2 колена,  
 2 локтя, 2 голени ”

бокс»). Свое существование он начал с тех времен, когда корабли тайского флота, стоящие на якоре, разделялись между собой чем-то вроде деревянного бревна, предохраняющего их от столкновений и крушений. Легенда рассказывает о том, как уже в конце XIX века два матроса, шедшие по такому бревну навстречу друг другу, оказались в положении двух баранов из известной песенки, и начали схватку. Вскоре они оба потеряли равновесие и вынуждены были продолжать поединок уже не стоя, а сидя на бревне, по-прежнему пытаясь доставать друг друга руками и ногами. Когда наконец оба свалились в море, капитан одного из кораблей, наблюдавший эту схватку, призвал их к себе и поздравил с созданием нового вида боевого искусства — боя на сильно колеблющейся поверхности в положении сидя или стоя.

Конечно, сейчас система установки якорей в тайском флоте изменилась, и муай тале переместился с моря на сушу. Состязания бойцов происходят на длинном и толстом шесте, укрепленном в горизонтальном положении на расстоянии пяти футов от земли. Два бойца садятся на него и ведут бой по правилам, более или менее напоминающим правила европейского бокса. При этом ситуация, когда два соперника висят вниз головой, держась за бревно ногами и пытаясь достать друг друга, встречается весьма часто.

Другое направление боевых искусств, существующее в Таиланде с XIV века, называется **чайя** («победа»). От Муэй Тай оно отличается гораздо

большим количеством техник «высокой ноги», кувырками, большим количеством подсечек и ударов в прыжке. Как и в Муэй Тай, в чайя развита работа локтями и коленями, но ударные положения руки более разнообразны, например существуют различные ударные положения открытой ладони.

Есть и тайско-лаосские стили боевых искусств, которые испытали на себе влияние Китая. Одним из таких направлений является школа **ша-фут-фань**, что в вольном переводе означает «клан пяти боевых котов». Уже по названию ясно, что это имитирующее направление ориентировано на «боевые техники» семейства кошачьих. Школа проповедует очень мощный и жесткий стиль, техники которого направлены на мгновенное выведение противника из строя. Базовая техника передвижений и работа ногами подобны Муэй Тай, но рука имеет гораздо больше ударных положений. Есть работа открытой ладонью, «тигриной лапой», много мощных и коротких ударов пальцами — как тычковых по уязвимым местам человеческого тела, так и вызывающего или разрывающего характера. Причем считается, что продвинутый «боевой кот» в состоянии действительно разорвать человека пополам...

При подготовке использовались материалы Интернета, в частности сайт [www.muaythai.org.ua](http://www.muaythai.org.ua); «Интерактивный справочник-энциклопедия «Воинское искусство и путь война».

## БИНТОВАНИЕ КИСТИ

Чтобы предохранить кисть от различного рода травм во время работы на мешках, в учебном бою и на соревнованиях тайбоксер должен обязательно бинтовать кисти рук.

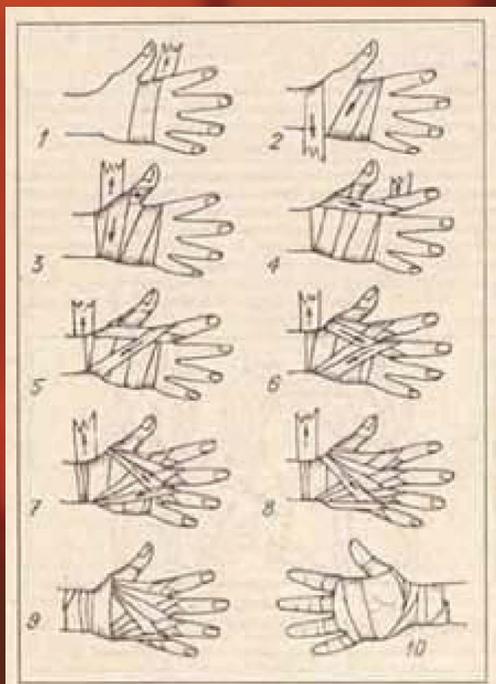


Рисунок 1

Кисть должна быть забинтована так, чтобы бинт не жал ее в разжатом положении и хорошо стягивал кисть в момент, когда она сжимается в кулак.

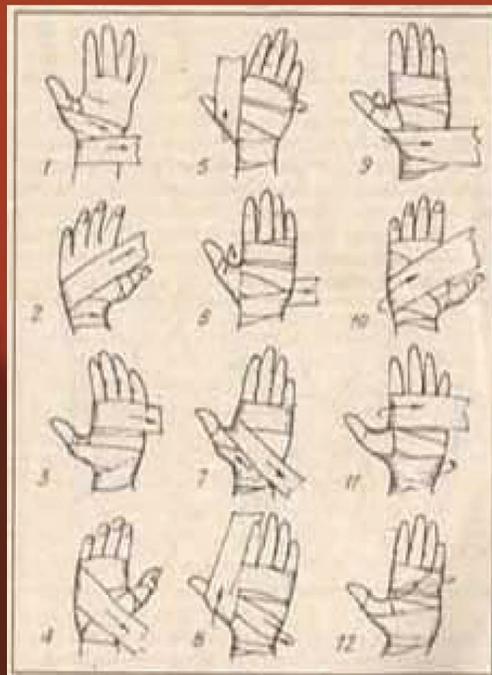


Рисунок 2

На рисунке 1 показано бинтование кисти широким бинтом, на рисунке 2 — узким бинтом





Директор Харьковской областной федерации  
Тайландского бокса Муэй Тай  
Вице-чемпион мира, чемпион Европы.  
Мастер спорта международного класса

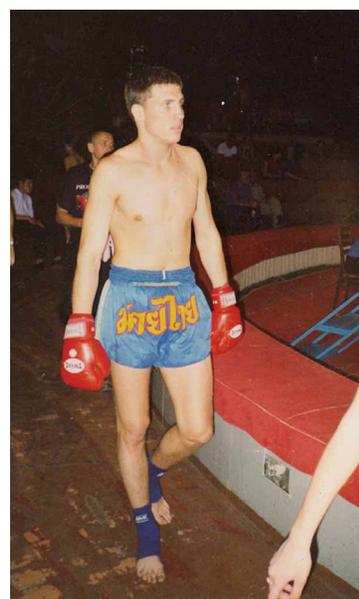
#### ◀ **Максим Кийко**

“ пришел зрите-  
лем, оказался  
участником ”

#### **Как организовался турнир «Звездный ринг», когда он начал существовать и что этому способствовало?**

Это интересная тема для разговора. В Харьковском цирке проводились соревнования «Тильки найсильниши», куда я попал по просьбе своего тренера забрать документы и заодно посмотреть выступление бойца из Одессы Дениса Григорьева. Приехав в цирк, я заходил через служебный вход, поскольку шел к друзьям. На входе я не дозвонился одесситам, в этот момент они разминались, и телефон никто не брал. Пришлось найти организаторов турнира и у нас состоялся разговор о том, что на турнире должно быть восемь бойцов, не хватало одного бойца и мне предложили поучаствовать, Я решил, почему бы не попробовать. Пришел зрителем, очутился участником. Тогда на этом турнире я занял второе место, в финале я дрался с бойцом из Одессы. К слову, буквально через 2 недели мы поехали на чемпионат Европы, и он в супер тяжёлой категории стал первым на этом чемпионате, а я стал в своей весовой категории (до 81) чемпионом Европы. После этого буквально через год в 2003г. те же организаторы проводили следующий турнир в цирке. Я приехал посмотреть, опять у них не хватает бойца, я опять поучаствовал, но в этот раз стал уже первым. Потом как-то встретился с этими

организаторами, они начали обсуждать следующий турнир, я говорю: «Подождите ребята у нас есть федерация, у нас есть партнеры, давайте мы сами организуем». Они эту идею подхватили и мы совместно провели турнир в цирке 19 марта 2004г., он имел успех: на нем присутствовал мэр города В.Шумилкин, В.Пустовойтенко. Тогда турнир проводился под патронатом народного депутата Украины А. Бандурки. Будучи организованным, впервые турнир по тайландскому боксу Муэй Тай имел колоссальный успех, был полный аншлаг. И после этого мы решили поменять формат турнира, раскрутить свой брэнд, который называется «Звездный ринг». Следующий турнир сборная Украины против сборной СНГ провели в спортивном комплексе «Локомотив», хорошие получились бои, тогда в составе сборной Украины принимал участие одессит Кищенко Артур, который сейчас проводит бои в Японии на K1 World Max. Следующий турнир «Звездный ринг» 17 ноября 2006 года имел несколько иной формат, помимо зрелищных боев зрители могли насладиться ярким шоу. И этот формат мы будем поддерживать и далее.

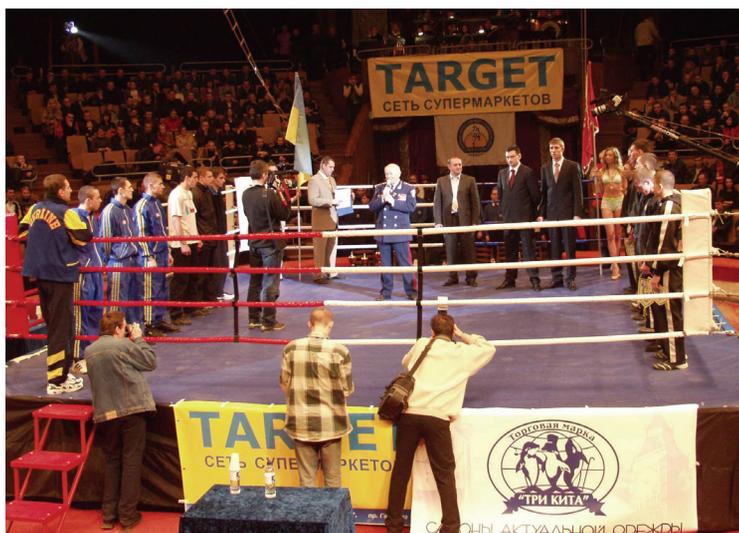


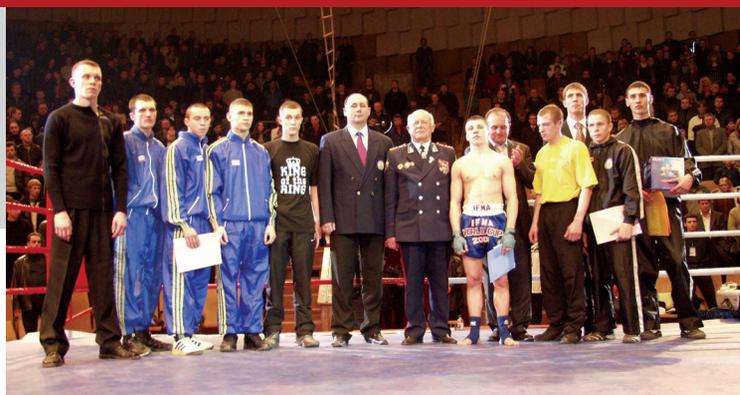
#### **С какой периодичностью планируются проведения турниров, скажем на 2007 год?**

Ближайший турнир будет проведен уже 23 февраля 2007 года., в СК «Локомотиве», и сейчас ведется подбор бойцов.

#### **Есть пожелания проводить турнир раз в 2 месяца, раз в квартал?**

Вполне возможно. Мы провели турнир в ноябре 17 числа, а теперь это 23 февраля, как раз получается раз в квартал, вполне возможно, что следующий турнир будет в марте или в начале





апреля. Вообще планируется серия турниров. Наша цель дать зрителю качественный продукт – зрелищные бои плюс яркое шоу.

**Есть какие-нибудь пожелания к проведению турниров (на этом турнире был симфонический оркестр, показ мод), большой упор будет ставиться на проведение боев либо шоу?**

Мы хотим совместить оба проекта, есть люди, которым интереснее не просмотр боёв, а просто приятно провести время, пообщаться с друзьями и т.д. К примеру, слышал отзывы, что некоторые были довольны шоу, а некоторые — боями. Естественно мы планируем постепенно повышать качество боев и в тоже время держаться формата шоу. **Должно быть зрелищно, должно быть интересно, должны быть качественные бои — это наш девиз и мы к этому стремимся.**

**Помимо «Звездного ринга» планируется проведение еще каких-то турниров, к примеру, смешенные бои?**

Интересный формат, в Симферополе, в цирке, планируется проведение турнира «Тайский бокс против единоборств» но здесь есть небольшая сложность, поскольку в тайском боксе минимальные ограничения, разрешены удары локтями и коленями, а в других видах единоборств такие удары мало используются. И найти спортсменов из других видов единоборств, которые бы готовы соревноваться по правилам тайского бокса не просто. В этом и заключается большая сложность. Всегда было интересно, какой вид единоборств сильнее, но здесь многое зависит от конкретного спортсмена.

**Как украинские бойцы готовятся к выступлениям на K1?**

В этом направлении работает Павел Евтушенко, вице-президент Украинской национальной федерации тайландского бокса Муэй Тай. Он сейчас занимается продвижением бойцов Украины на этот уровень (уровень K1). Как я уже говорил, в 2005 году у нас на турнире выступал Артур Кищенко, а сейчас в Японии он проводит бои на ринге K-1 World Max. Можно сказать одна из «первых ласточек» в K1 из Украины, кто следит за K1, знает, украинцев там пока нет.

**Какие планы по поводу участия тайских боксёров в абсолютных поединках?**

**И есть ли ваши спортсмены, которые участвуют на этих соревнованиях?**

Здесь есть определенные сложности для тай-боксеров, поскольку в прайде, микс-файте и т.п. присутствует борьба.

Но у нас есть такие бойцы, например Дюкарев Никита из Харькова, вы могли видеть его в «Звездном ринге» - первый бой он выиграл у чемпиона мира из Одессы Дмитрия Прута. А буквально за 3 недели до нашего турнира Никита участвовал в турнире по прайду: сборная Украины против сборной Венгрии. В Будапеште было организовано шоу с трансляцией по ведущим венгерским телеканалам, харьковчанин досрочно выиграл у венгра, который был тяжелее его на 5 килограмм.

**Теперь давайте поговорим о Вас, почему Муэй-Тай, с чего все началось?**

С 13 лет я начал заниматься кикбоксингом. Это было модно, да и особой альтернативы не было.

**А родом Вы откуда?**

Из Симферополя. Первый мой тренер был Юрко Дмитрий. Три месяца я прозанимался у него, а потом он меня перевел в «старшую» группу к Владимиру Алексеевичу Замощенко. Вскоре я стал занимать первые места по кикбоксингу на всеукраинских соревнованиях среди юниоров. Как раз это было 1994, 95, 96 года когда Одесса начала развивать тайландский бокс. Тогда тренер мне говорит, мол, пришел вызов из Одессы поучаствовать в соревнованиях по тайландскому боксу, об этом виде единоборств я знал только по наслышке: удары коленями, локтями и т.п., и так я принял участие во втором национальном чемпионате Украины по тайландскому боксу, Первый свой бой по тайландскому боксу я проиграл. Через год после этого я стал чемпионом Украины по тайскому боксу и выполнил норматив мастера спорта, это был май месяц, и уже с сентября переехал жить в Харьков, где я начал учиться. Здесь я встретил и познакомился с Артемьевым Вадимом, причём совершенно случайно (он стоял на остановке, которую перепутал, а я возвращался домой). Тогда я искал, где можно заниматься тайским боксом, а в это время Артемьев как раз начинал развивать тайский бокс в Харькове. Встретив его, он был одет в одесской мастерке (с символикой тайского бокса), подошел спросить имеет ли он отношение к федерации тайского бокса, он сказал что да, как раз тренирует здесь недалеко в Университете внутренних дел.

“

если вы хотите, чтобы ребенок мог максимально за себя постоять, то однозначно Муэй-Тай

”

Так я продолжил тренироваться и выполнил норматив мастера спорта международного класса.

### **В Харьков Вы приехали учиться в институте?**

В Симферополе я учился в автотранспортном техникуме, в этом же техникуме открылся филиал заочного отделения Харьковского национального автомобильно-дорожного университета, куда я и поступил. Первый курс закончил на заочном отделении, после Анатолий Николаевич Туренко (ректор), отдельная ему благодарность, взял меня на дневное обучение в Харьков.

### **Сейчас Вы занимаете должность директора Харьковской областной федерации тайского бокса. Как сейчас обстоит дело со спортом в Вашей жизни? Что больше занимает Вашего времени организация или спорт?**

Я учился на кафедре менеджмента, на специальности “Менеджмент организаций дорожного хозяйства”, по-хорошему должен был заниматься нашими дорогами, но мне ближе к душе спорт, решил заняться организацией в спорте.

### **Что еще помимо спорта Вас интересует, есть какие-то увлечения, хобби. Как проводите свободное время?**

Свободное время люблю проводить с друзьями. Мне очень нравится кататься на лыжах в горах.

### **Сейчас тайский бокс стал очень популярен, и бытует мнение, что он сильно калечит людей, чуть ли не делает людей инвалидами, но насколько я могу судить по Вас, с Вами все нормально?**

Здесь очень многое зависит от тренера. Если к примеру, приходит новичок в зал, а тренер ставит его с опытным спортсменом в спарринг, то травм не избежать, этого делать категорически нельзя, все должно быть поэтапно. Для предотвращения травматизма в любительском тайском боксе используется максимум оборудования: налокотники, перчатки, щитки на ногах, капа, бандаж, жилет на корпус, т.е. спортсмен максимально защищен. Конечно, присутствуют и травмы, но травмы, как правило, от плохой техники, правильный подход даст возможность минимизировать их настолько, что их практически не будет.

**Люди изучают боевые искусства, не важно что это, получают какую-то технику, которую они могут использовать как положительно так и отрицательно, выучив пару приемов выйти на улицу дать кому-то по «морде», забрать деньги, так сказать использо-**

### **вать их в криминальных делах. Как Вы считаете, к чему должен вести спорт?**

На самом деле в криминал могут идти кто угодно, не обязательно быть спортсменом. Более серьезные спортсмены, как правило, это спокойные и сдержанные люди, знающие себе цену. Вы же понимаете, что излишняя энергия выплескивается в спортзале и негативная в том числе. Я считаю, что в криминал ведет не спорт, а то, что в «голове» у человека. Все зависит от воспитания человека.

### **Какие положительные стороны, отличающие Муэй-Тай от других единоборств?**

Многие мои знакомые спрашивают меня, куда лучше отдать ребенка. Если вы хотите, чтобы он мог максимально за себя постоять, то однозначно на Муэй-Тай, а если хотите просто физического развития, то это может быть все что угодно, например гимнастика. Чем хорош Муэй-Тай? В этот момент хочется процитировать слова Чака Норриса который говорил, что “Муэй-Тай является спортом 21 века”, на самом деле он считается жестким видом единоборств и многие с этим соглашаются. В тайском боксе нет легкой техники, тогда как например в кикбоксинге бывает легкий контакт, показательные выступления. А в тайском боксе есть один вид и он самый жесткий, если это единоборство, то это единоборство. Еще большое разнообразие в технике: удары локтями, удары коленями, удары ногами, удары руками. Манера ударов ногами, коленями в тайском боксе сильная и жесткая, даже в сравнении с ударами из других единоборств и значительно отличается.

### **Что бы Вы хотели пожелать нашим читателям?**

Я хочу поздравить всех читателей сильной половины человечества с наступающим праздником — Днём Защитника отечества. Отцам стоит задуматься, может, как родителям, им стоит взять ребенка «за руку» и отвести в спортивную секцию? Еще хотелось бы пожелать побольше уделять внимания здоровому образу жизни и спорту!

Беседовал **Богдан Семененко**

### **Впервые сборная Украины побеждает на чемпионате Европы, опередив хозяев (французов)**



**Чемпионы. Слева направо: Максим Кийко, Максим Неледва, Максим Дубов, Богдан Лукин, Денис Григорьев**

“ побольше уделять  
внимания здоровому  
образу жизни и спорту!

”

# ЗВЕЗДНЫЙ РИНГ

## профессиональные бои тайбоксеров

17 ноября 2006 года в дворце спорта «Локомотив» им. Г. Кирпы состоялся турнир «Звездный ринг» — профессиональные бои по тайландскому боксу Муэй Тай.

К сожалению, такие события, как «Звездный ринг» в спортивной жизни Харькова большая редкость, но если они происходят, то организация таких мероприятий очень высокого уровня. Что касается самого турнира, то турнир проводился за счёт спонсорских вложений частных структур, то есть соревнования носили коммерческий характер. Широкомасштабная рекламная компания «Звездного ринга» заставила обратить на себя внимание любителей боевых искусств, а также людей, не имеющих никаких представлений о единоборствах, в частности о Тайландском боксе. В общем, интрига была велика и Харьков замер в ожидании турнира.

Дворец спорта «Локомотив» был забит до отказа, зрители могли наблюдать за происходящими событиями с больших плазменных экранов, расположенных в зале, а также за территорией дворца спорта.

Турнир открыл Академический симфонический оркестр Харьковской областной филармонии в составе 45 музыкантов под руководством Юрия Владимировича Янко.

Что касается основной, то есть спортивной стороны мероприятия и уровня бойцов, принявших участие в соревнованиях, титулы, говорят сами за себя: в турнире встречались пять чемпионов мира и пять призёров чемпионатов мира.

1

В первом поединке вечера встречались харьковчанин Никита Дюкарев и одессит Дмитрий Прут. Никита демонстрировал доминирующее владение ударной техникой, тем самым довольно уверенно победил спортсмена из Одессы, чем дал понять многочисленной публике, что вечер будет увлекательный и очень зрелищный.





**2** Во втором бою на ринг вышли: спортсмен из Севастополя Александр Медведев и харьковчанин Дмитрий Константинов. Поединок проходил под диктовку более опытного севастопольского бойца, уверенно чувствующего себя в бою. Александр «переиграл» Дмитрия и стал победителем этой схватки. Но ведь опыт — дело наживное, и «мальчишкой для битвы» Дмитрий не выглядел. Показав свой бойцовский характер, он достойно провёл поединок.

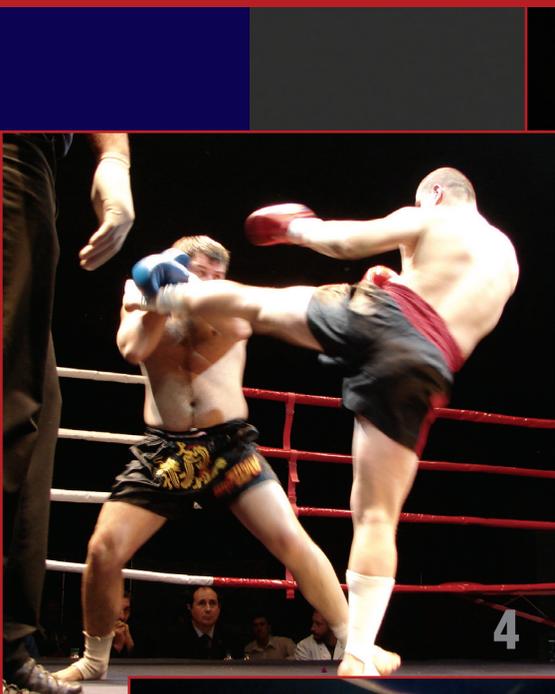
**3** Одним из самых запоминающихся боёв оказался поединок между Максимом Слипченко из Харькова и Михаилом Бабенко из Ordzhonikidze. Максим завёл публику своим выразительным исполнением ритуального танца — Рам Муай показав, что Таиландский бокс — это не только боевое искусство, а целый культ духовного развития личности.





**3** В поединке спортсмены показали своё великолепное владение техникой, воплотив это в разнообразие проводимых ударов и комбинаций. В результате чего судьи не смогли выявить победителя и результатом боя стала ничья.





4

В четвёртом поединке, среди тяжеловесов, встретились Андрей Ембалаев из Симферополя и Александр Зубенко из Павлограда. Бой проходил на невысоких скоростях, но это естественно, ведь весовая категория диктует свои правила. После просмотренных боёв, где принимали участие спортсмены с более лёгким весом, а следовательно и более высокой скоростью, поединок тяжеловесов не вызвал среди зрителей особой симпатии. Не смотря на это, оба бойца, продемонстрировали свои бойцовские качества и технический потенциал. В этом бою победу одержал Андрей Ембалаев.

5

Наконец-то главное событие вечера, поединок, ради которого и пришла большая часть зрителей, – бой четырёхкратного чемпиона мира Богдана Лукина из Харькова и призёра чемпионата мира, представителя симферопольской школы Муэй Тай – Вячеслава Широкого.



5



5



5



5

Богдан уверенно проводил бой, выстраивая свою, наиболее удобную для себя тактику ведения боя. Харьковчанин «переигрывал» крымского соперника буквально во всех отношениях: доминирующая ударная техника, чувство дистанции, уверенность на ринге и т.д.

Сенсации не состоялось, и бой выиграл Богдан Лукин. Несмотря на выигрыш и доминирование на ринге Богдана, чувствовалась какая-то тяжесть в его движениях, ощущение того, что спортсмен не в лучшей своей форме.

Так и оказалось, Богдан после боя сообщил, что во время подготовки к соревнованиям он заболел и его участие в «Звёздном Ринге» стояло под вопросом. Эта информация хранилась в тайне, чтоб не привлекать чрезмерного внимания. Но, невзирая на сложившиеся трудности, Богдан Лукин вместе со своим тренером Цукановым Владимиром Алексеевичем всё же смогли справиться с недугом и достигнуть желаемого победного результата.

Материал подготовил **Богдан Семененко**  
Фото **Павел Евсеев**

5



5



5



5



# КЕНДО

## путь меча

Искусство кендо (дословно переводится как путь меча: Кен — меч, до — путь) — японское воинское искусство, основанное на приемах с двуручным самурайским мечом. Меч в кендо является не орудием убийства, а средством постижения себя и окружающего мира. Современным искусством кендо сейчас занимаются миллионы человек в Японии и по всему миру.

Фехтование мечом с прямым, единоострым лезвием было заимствовано из Китая в период правления династии Суй (589-618 гг.). В девятом веке сражения на лошадях привели к использованию мечей с более длинными изогнутыми клинками, и эти обстоятельства заставили отказаться от китайского стиля боя, характеризующимся захватом меча одной рукой, в пользу двуручного хвата.

С установлением власти сегуна Минамото в 12 веке и усилением влияния военной аристократии искусство владения мечом приобрело особое значение. Тогда и зародился культ оружия и людей, в совершенстве владеющих техникой фехтования. Меч стал олицетворять душу владельца, а техника владения относилась к «данной богом».

В середине эпохи Муромачи (1333-1568) мастера, в совершенстве владевшие фехтованием, стали открывать школы для обучения боевым искусствам.

За период 1603-1867 г.г. боевые искусства приобрели новое значение и роль для правящего класса самураев. В период отсутствия войн, боевые искусства изучались как методы для самообороны, с увеличением ударения на эстетической и духовной ценности, чем как средство калечить и убивать людей. В данный период, который носит название Период Токугава, боевые искусства достигли беспрецедентной популярности. За 250 мир количество школ боевых искусств достигло 700.

За это время претерпело изменение и оружие для занятия кендзюцу. Для проведения тренировочных поединков использовались бокены (деревянные мечи, имеющие вид катаны). Однако удар таким мечом мог также

нанести серьезные увечья, поэтому тренировочные мечи в середине 18 столетия были заменены на **синнаи** (бамбуковые мечи). Также в это время было введено защитное снаряжение, что сделало возможным свободное состязание без кровопролития.

Отношение в Японии к боевым искусствам было пересмотрено с прибытием Коммандора Пери Блека в 1853 году. Япония в тот момент была более традиционным обществом, в котором отсутствовали передовые технологии, присущие западному миру. Такая изоляция Японии позволила сильно развиться традиционным боевым искусствам, однако, по сравнению с огневой мощью Запада они были бессильны. В связи с этим, после реставрации Мейдзи, японское общество начало перестраиваться под западный манер, с применением передовых технологий и идей. Это привело к уходу в тень большинства боевых искусств (таких, например, как Кендзюцу) поскольку они считались пережитком феодальной иерархии, когда класс воинов находился на вершине иерархической лестницы.

С ликвидацией военной академии и феодальных владений (1866-1871) военные искусства больше не включались в систему обязательного образования, которая была построена на западный манер. То есть стремилась воспитать большее количество людей, чем небольшое количество привилегированного класса.

Воины (буши) утратили все специальные права, и последним элементом, послужившим ликвидации класса буши, был запрет носить катану, которая считалась воплощением их духа. Многие из тех, кто был опорой данного класса и военной мощи Японии, стали безработными и находились за чертой бедности.

В апреле 1873 года известный воин Сакакибара Кенкичи, который был мастером в фехтовании и других боевых искусствах, попытался вызвать интерес к боевым искусствам. В течении 10 дней он организовал проведение демонстраций боевых искусств с помощью знаменитых боевых артистов, известных как **гекикен когё** (гекикен обозначает кендо, когё — исполняющие), то есть показывающих кендо. Данные демонстрации могли посещать все, кто оплачивал определенный взнос.

Проведенные мероприятия имели колоссальный интерес. Это было связано с тем, что раньше боевые искусства были привилегией только класса



буши, сейчас же каждый получил возможность видеть лучших фехтовальщиков.

Успех первой демонстрации вдохновил подобные демонстрации через всю страну, что дало начало буму гекикен когё, проводимому новыми труппами артистов. Следует отметить, что для настоящих мастеров кендо, сыгранное в роли когё, оставалось настоящим боевым искусством. После реставрации Мейдзи боевые искусства были практически забыты, однако гекикен когё способствовали восстановлению их популярности.

После первых демонстраций Сакакибары и его успехов, власти страны постарались запретить их в страхе перед труппами мастеров кендо и возможного их умысла. Однако их законность была восстановлена в течении нескольких лет. Демонстрации показывались не только для зрителей, но и они позволяли тренироваться представителям разных школ между собой.

Важным шагом на пути возврата популярности боевым искусствам было создание в Японии полиции. Правительство искало пути для усиления полиции и нашло их в боевых искусствах.

Полицейский комиссар Каваджи Тосиёси, который прекрасно проявил себя как воин, открыл подлинную ценность и потенциал будзюцу, в частности кендзюцу, перед полицией. В своем очерке Кендо Сай-корон (Оживание Кендо) сделал выводы, что все полицейские должны всегда находится в прекрасной форме для самозащиты и понимать преступников, чему способствует занятие кендзюцу. Это дало новый толчок в развитии боевых искусств и привлечении знаменитых представителей кендзюцу в полицию.

19 января 1880 года директивой Токийской Полицейской Академии кендзюцу вводится обязательным предметом обучения всех ка-детов. Данная директива привела к закату гекикен когё, так как лучшие мастера кендзюцу перешли на работу в полицию. Кроме того, Токийская полиция занялась очищением кендзюцу путем введения ката (основных форм), а также разработала свою систему классификаций.

В 1895г. для поддержки кендзюцу и других военных дисциплин было образовано Всеяпонское общество боевых дисциплин (Дай Нихон Бутокукай). В это время Япония вела колониальные войны с Китаем, что способствовало значительному притоку желающих заниматься боевыми искусствами.

С 1911г. кендо включено в программы физического воспитания в средних школах, однако обязательным кендо (наравне с дзюдо) становится в 1931 году. Они предназначены для тренировки тела и воспитанию ума и патриотического настроения.

Так как кендо пропагандировало национальные идеи, то в конце Второй Мировой войны оккупационные власти запретили кендо, как милитаристскую дисциплину. Запрет длился до 1952г. После окончания периода оккупации была образована Всеяпонская Федерация Кендо и в 1957г. кендо было возвращено в средние школы.

1964 год является переломным для японских боевых искусств. В этом году дзюдо стало Олимпийским видом спорта, что способствовало привлечению повышенного внимания к японским боевым искусствам. Данный интерес достиг апогея в 1970 году созданием Международной Федерации Кендо (IKF). Международная Федерация Кендо была сформирована во время встречи в Токио, которую посетили 17



стран и регионов.

В настоящее время Кендо набирает все большую популярность. Каждые три года проводится Чемпионат Мира и ежегодно (за исключением лет, в которые проводятся мировые чемпионаты) проводятся Чемпионаты Европы.

В 2007 году Чемпионат Европы пройдет в Португалии 23-24 апреля 2007 года.

Основным понятием Кендо является дисциплина человеческого духа путем приложения принципов меча.

Существуют следующие цели формирования кендо:

- Закалять ум и тело;**
- Культивировать сильный дух;**
- Развивать искусство Кендо через правильную практику;**
- Увеличивать человеческую вежливость, уважение и честь;**
- Общаться искренне с другими;**
- Любить страну и общество;**
- Содействовать развитию культуры;**
- Повышать мир и процветание среди всех народов.**

При подготовке использовались материалы международного журнала «KENDO WORLD»



## История традиционного японского меча

Пожалуй, не найти другого такого предмета, как самурайский меч, который в большей степени символизировал бы традиционные боевые искусства Японии. И хотя изображение меча в различных вариантах достаточно широко использовалось в эмблематике на Западе, но нигде в него не вкладывали такого смысла как в Японии.

В Стране Восходящего Солнца меч является олицетворением души, символом доблести, чести и храбрости. О нём слагали стихи, притчи и легенды. В самурайских семьях меч являлся фамильным наследством передаваемым из поколения в поколение.

Появление мечей японцы относят к «Веку богов». И уже с древних времён меч является не только оружием, но и священным для каждого японца символом. Так клинок легендарного принца Ямато «кусанаги-но цуруги» («меч, косящий траву») считается одной из императорских реалий, наряду с зеркалом и яшмовым ожерельем.

Но японский меч не всегда имел ту форму, которая известна нам сегодня. Самые древние японские мечи изготавливали из бронзы. Они имели длинную рукоять и прямой обоюдоострый клинок. Начиная с III века, мечи начали затачивать только с одной стороны. Такие мечи получили общее название *тёкуто* — «прямой меч».



Принц Сётоку-Тайси с сыном.  
У принца на поясе меч каратати. VII в.

Наиболее распространенными были два подвида *тёкуто*: *кадзути-но цуруги* («меч с молотовидной головкой») и *кома-но цуруги* («корейский меч») который имел головку в виде кольца. Длина мечей составляла 0,6-1,2 м.

В VI веке появился новый тип меча, известный как **кэн**. Этот меч был прямым и обоюдоострым. Клинок такого меча обычно имел в сечении простую ромбовидную форму, причем центральное ребро на каждой стороне могло отсутствовать или даже заменяться долом.

Символом богатства и знатности рода был богато инкрустированный меч, называемый *каратати*, являвшийся аналогом китайского меча эпохи Тан.

Эпоха прямых мечей длилась до конца VIII в. затем в стиле ведения боевых действий произошла перемена: от пехоты приоритет перешел к конному воину; соответственно изменился и меч. Он стал значительно длиннее, изогнутым, с односторонней заточкой и получил название **тати**. Эти мечи, производившиеся с IX по XIV вв., использовались как в сражении, так и в церемониях.

В период Хэйан (VII–XII вв.) кузнецы стали подписывать свои мечи. Так, самый древний меч *тати*, на хвостовике которого стоят подписи мастера и дата изготовления, относится к 1159 г. и был сделан Намихира Юкимаса.

Длинный меч *тати* XII века был тонким, слегка изогнутым, с короткой и загнутой кверху рукоятью. Гарда *цуба* имела характерную четырехлепестковую форму, ставшую позднее традиционной. Рукоять и ножны обычно покрывались лаком, оправа делалась из позолоченной меди.

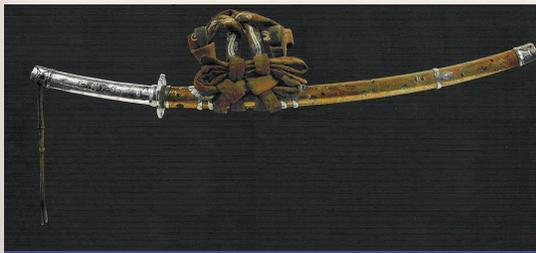
В качестве **создзаси** («меча-спутника») самураи вместе с *тати* носили **коси-гатану** («меч, носимый на поясице»), который засовывался за пояс, повязанный поверх доспеха. У *коси-гатана* не было гарды, он также был с односторонней заточкой и, из-за меньших размеров, использовался в ближнем бою.

Оправа меча *тати* относится к типу *дзиндати-дзукури*, и его всегда носили лезвием вниз, подвесив у бедра с помощью шнура пропущенного в кольцо или петли на ножнах.

Существует более 10 разновидностей оправы самого *тати*, отличающихся по форме и украшению гарды, цвету и орнаменту лакировки ножен, стилю деталей эфеса и ножен. Такое многообразие связано с тем, что японский этикет четко регламентировал тип оправы меча соответственно рангу вельможи или типу церемоний.

Император и вельможи высшего ранга носили богато оправленный **син-но-тати** («настоящий *тати*»). При прямо или слегка изогнутом клинке он имел длинную, покрытую кожей ската рукоять, инкрустированную полудрагоценными камнями; гарду *ситоги-цуба* в форме крестовины. Металлические детали обычно золотились или целиком изготавливались из золота.

Придворные среднего ранга и большинство *даймё* (самураи-феодалы) носили **эфу-но-тати** («меч дворцовой гвардии»), аналогичный выше описанному, но без украшения полудрагоценными камнями.



Тати в оправе эфу-но-тати. Принадлежал клану нива. XVIII в.

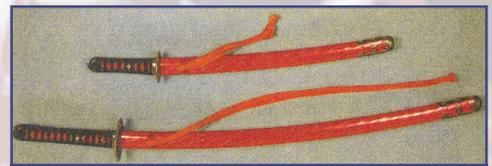
С доспехами носили **итомаки-но-тати** («меч, обмотанный нитью»). У этого вида оправы не только рукоять, но и часть ножен была плотно обмотана шелковым шнуром. Обмотка покрывала ту часть ножен, которую обычно придерживали рукой, вытаскивая меч. Часто встречался вариант итомакт-но-тати, который назывался **сиридзая-но-тати** («меч с ножнами на ягодице»), у него ножны ниже обмотки покрывались мехом тигра, вепря или медведя.

В период Камакура (XII–XIV вв.) пехотинцы, а как правило это были самураи низшего ранга стали носить меч **ути-гатана** (средний по размерам между коси-гатаной и тати). Позднее этот меч станет известным широкой публике под названием **катана**.

Во время войны между Северным и Южным дворами (период Намбокутё 1336-1392гг.) вновь приобрела значение пехота. И был создан очень длинный двуручный меч **нодати** («полевой меч»), предназначенный для нанесения сокрушительных ударов с большим размахом. По типу оправы нодати напоминал увеличенную форму ути-гатаны (катаны).

В начале периода Муромати (XIV–XVI вв.) изготавливалось еще много тати, но уже к середине XV века этот тип мечей был полностью вытеснен ути-гатаной. Впоследствии тати стали использоваться только для церемоний, а ути-гатана — носить на поле битвы. Мечом — спутником ути-гатаны являлась его уменьшенная копия **вакидзаси** (до 60 см.). Эта пара называлась **дайсё**.

В XVI веке получил распространение меч **хан-дати** — промежуточная форма между тати и катаной. Хандати был похож на меч тати, но его носили за поясом лезвием вверх, как катану.



Дайсё — госираэ. Катана и вакидзаси, XVII в. Наодзуми.

В период Эдо (XVII–XIX вв) произошел очередной рассвет производства мечей, которые, наряду с сохранением своих боевых качеств обрели особое изящество.

Мечи катана, вакидзаси, хандати, нодати и коси-гатана по типу оправы относятся к **букэ-дзукури**. Большинство мечей, оформленных в этом стиле предназначались для ношения за поясом, лезвием вниз. Такой способ позволял, одновременно доставая меч из ножен, нанести удар.

В начале эпохи Мэйдзи (1868г.) правительство запретило самураям носить оружие, а в последствии и вовсе отменило это сословие. Мечи теперь разрешалось носить только офицерскому составу армии и флота Его Императорского Величества. По регламенту им полагались сабли западного стиля фабричного изготовления. Однако в военное время, вплоть до окончания Второй Мировой войны офицеры, выходцы из самурайских кланов носили подлинные старинные мечи в регламентированной оправе.

Во время Второй Мировой войны появились новые мечи **сёвато**, — это собирательный термин, используемый для обозначения мечей низшего сорта, изготовленных упрощенным методом. В 1937 году японское военное ведомство ввело новый тип оправы, называемый **сингунто** («новый военный меч»). Это тип оправы имел ножны из лакированного дерева коричневого цвета, железную отделку, окрашенную в черный цвет и светло-коричневую или зеленую обмотку рукоятки. Полосы таких мечей были всегда низкого качества и исключительно машинного производства. Но некоторые офицеры, чья память предков и помня о своем высоком происхождении, опраивали по типу сингунто свои фамильные клинки.

## История развития японского доспеха

Наряду с мечом, доспех также являлся неотъемлемой частью образа жизни самурая. От его функциональных качеств зависела жизнь воина, а высокохудожественное исполнение превращало доспех в произведение искусства. В зависимости от преобладания того или иного вида оружия и тактики ведения боя в различные периоды истории изменялись функции и внешний вид доспехов, но неизменным оставалось качество. По прошествии многих веков, когда остались в истории самурайские сражения, мы по-прежнему не перестаём восхищаться искусством древних мастеров.

К счастью, художники старой Японии оставили

нам многочисленные изображения первых самураев. Эти произведения, чаще всего длинные свитки, на которых разворачивается повествование, а также сохранившиеся образцы оружия и доспехов дают наглядную картину военной жизни того времени того времени. Примерно с IX–X вв японский доспех приобрел ту специфическую форму, которая делает его столь легко узнаваемым.

Ранние доспехи, известные только по раскопкам гробниц IV–V вв. н.э., были пластинчатыми. В V в. на смену им пришел другой тип вооружения, заимствованный с азиатского континента. Азиатский «ламеллярный» доспех, собранный не из пластин, а из многочисленных скрепленных вместе чешуек,

восходит к защитному вооружению Древнего Египта и Ассирии. Заимствовав сам принцип, японцы разработали свой уникальный стиль. В VI и VII вв. пластинчатый доспех представлял собой большой неуклюжий кафтан. Со временем он превратился в те доспехи, которые носили самураи. То были первые настоящие самурайские доспехи, известные как **ёрои**.



Доспех о-ёрои XI в.

Принцип конструкции ёрои очень прост. Несколько кусов металла или кожи плотно соединяются вместе, образуя вместе гибкую эластичную полосу. Полоса, состояла из **кодзанэ**, как назывались эти чешуйки, достигала в длину около 30 см. длина ее определялась тем, для какой части доспехов она предназначалась. Полоса покрывалась кожей и тщательно лакировалась для защиты от коррозии. Несколько таких полос связывалось вместе толстым шелковым или кожаным шнуром.

Эти шнуры, так называемые **одоси**, т.е. шнуровка доспехов, были разноцветными и создавали покрывший доспех узор.

Весь собранный таким образом доспех имел вид коробки. Три стороны коробки — передняя, левая и задняя — были соединены вместе. Сперва надевалась правая часть — **вайдатэ**, которая плотно привязывалась под мышкой и через левое плечо. Большие тяжелые наплечники, **содэ**, крепились к наплечным ремням при помощи шнуров, а чтобы они не болтались и не задирались, оставляя руки открытыми, они сзади крепились к **агэмаки** — детали в виде креста, сплетенной из толстых шнуров. Агэмаки, обычно красного цвета, подвешивали к кольцу в верхней части наспинника.

Нагрудник, **цурубасири до гава**, исполнял также роль пластины, облегчающей скольжение тетивы лука при выстреле. Как и все гладкие поверхности доспехов, она покрывалась слоем крашеной кожи, которая обычно покрывалась изысканным орнаментом. Перед нагрудником укреплены две подвески для защиты шнуров, поддерживающих доспехи, которые закреплялись на продолговатых пуговицах. Над правой стороной груди находится **сэндан но ита** — подобие миниатюрного наплечника. Слева — **кюби но ита**, неподвижно закрепленная железная пластина, покрытая кожей.

В то время самураи носили бронированные рукава, **котэ**, только на левой руке, чтобы правая оставалась свободной для натягивания тетивы лука. Бронированный рукав выглядел как обычный матерчатый мешок, с внешней стороны усиленный железными пластинами, который привязывался под мышкой.

Принципиальное различие существовало между конным воином и пехотинцем. Последние носили не коробчатые ёрои, а более простые доспехи, облегающие тело, так называемые **домару**.

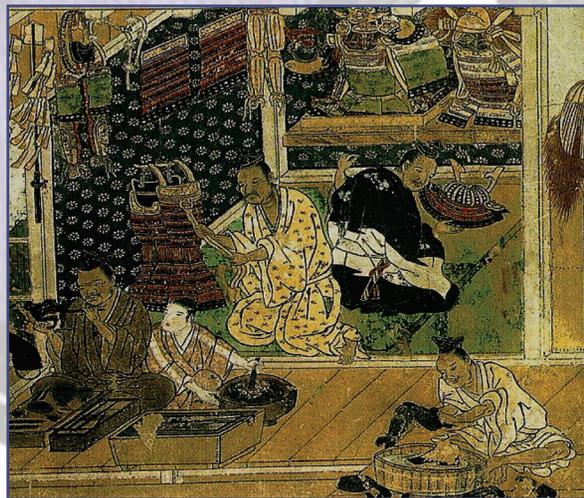
С ёрои носили типичные тяжелые шлемы. Сам шлем состоял из нескольких железных пластин, скрепленных большими коническими заклепками. На макушке было отверстие, именуемое **тэхэн**. Оно использовалось, вероятнее всего, чтобы пропускать через него пук волос: волосы служили подкладкой. Большой изогнутый назатыльник (**сикоро**) собирался из **кодзанэ**, как и другая часть доспехов. Края сикоро выгибаются в верх и наружу для защиты лица. Эти выступы — **фукигаёси** — покрывались тесненной кожей, как и козырёк шлема. Наконец, шлем был украшен небольшой **агэмаки**, прикрепленной к его тыльной стороне.

В XIV в., после «Войны Северного и Южного Дворов», произошли серьезные изменения в самурайской тактике. Такие действия, как защита крепости или длительная осада, исключали использование конницы — лошади были нужны только как транспорт. В пешем строю коробчатые доспехи типа ёрои были не практичны, и по мере того как японцам все более приходилось полагаться на пехоту, их вооружение постепенно менялось.

Чтобы надеть доспехи ёрои, состоящие из двух частей, требовалось слишком много времени, но этому их заменили цельным панцирем того типа, что прежде использовался лишь для вооружения пехотинцев. Исчез кожаный нагрудник, а на смену тяжелой «юбки» ёрои пришли легкие составные набедренники **кусадзури**, с новой формой для защиты от рубящих ударов, а назатыльник шлема, закрывавший шею, чаще выгибали наружу, а не вниз, что позволяло более свободно манипулировать оружием. Начали носить не один, а два бронированных рукава, усилили лучины. Все эти



Доспехи типа домару



Мастерская по изготовлению доспехов



Доспех со шнуровкой сугакэ одоси, принадлежащий клану Маэда

изменения происходили постепенно, между 1350 и 1500гг. До конца XVI в. ёрои все еще изготавливали и носили.

А начиная с XVI в. в Японии начался Сэнгоку дзидай — «Век, когда страна находится в состоянии войны». Эта война по своему масштабу была самой грандиозной из всех которые до тех пор приходилось переживать Японии.

Военные кампании продолжались гораздо дольше, чем прежде, что вызвало определенные проблемы со шнуровкой доспехов. Самурай Сакакибара Кадзан писал:

*“...когда они пропитывались водой, они становились тяжелее, и их нельзя было быстро высушить, так что летом их вес был обременителен, а зимой все это могло замерзнуть. Более того, никакая стирка не могла полностью избавить шнуровку от грязи, которая в нее проникала, так что во время долгих кампаний, она начинала дурно пахнуть, в ней заводились муравьи и вши, что плохо сказывалось на здоровье носящего такие доспехи.”*

Плотная шнуровка также задерживала острие копья, вместо того чтобы дать ему соскользнуть не причиняя вреда. По этому плотную шнуровку (**кэбики одоси**) заменили шнуровкой сдвоенными шнурами (**сугакэ одоси**).

Прибытие европейцев в Японию в середине XVI в. также повлияло на вооружение самураев. Появились цельные европейские железные панцири. Некоторые доспехи имели внешний вид в европейском стиле. Но эти изменения встречались редко и в основном у самураев-христиан.

И сегодня можно встретить упрощенную форму самурайских доспехов в **додзё**, где занимаются **кэндо**. Эти доспехи были созданы в XVII в. Наканиси Тюта, основателем школы Наканиси Итто-рю. Они состоят из защитной стальной маски — **мэн**, к которой пришиты полосы толстой хлопчатобумажной ткани, защищающие шею и ключицы; **до** — панцирь, защищающий живот и грудную клетку; **тарэ** — это защита бедер, нижней части живота и области паха; **котэ** — толстые кожаные рукавицы. Также был заменен стальной меч на **синай** — легкий, удобный меч из плотно перевязанных в нескольких местах четырех бамбуковых полос.

Материал подготовили  
**Стрижиченко К.А., Золочевский В.В.**

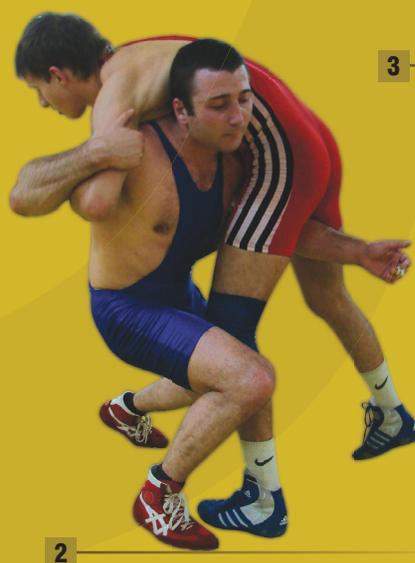


**КЭНДО**

## СВЯЗКА 1: «Мельница»

### «МЕЛЬНИЦА»

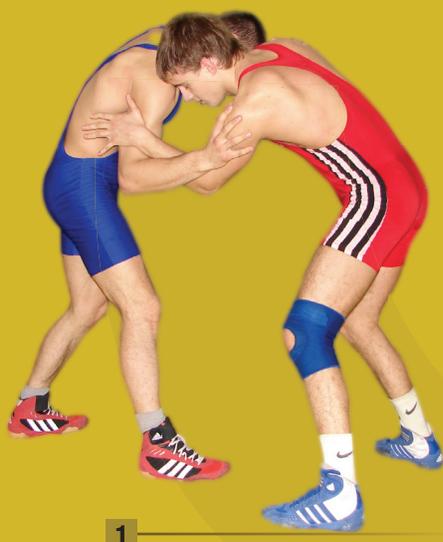
«Мельница» захватом дальней одноименной ноги и разноименной руки. Из средней стойки (рис.1) боец в синем трико, потянув за плечо соперника, переносит вес вперед. Следует стартовый толчок задней ногой и выпад другой ногой вперед. Происходит захват одноименной ноги рукой изнутри (рис.2). Продвигаясь туловищем вперед, синий как бы накручивает красного себе на плечи и подтягивает толчковую ногу (рис.3).





Помимо вертикального вращения, синий вращает свое туловище вокруг сагитальной оси, что также способствует отрыву красного от ковра (рис.4). В заключительный момент, для усиления вращения, атакующий активно разгибает заднюю ногу и сбрасывает синего с плеч (рис.5). После падения синий переходит на удержание за голову с рукой сидя сбоку (рис.6)

## СВЯЗКА 2: “Бросок прогибом”



**БРОСОК ПРОГИБОМ С НЫРОМ ПОД РУКУ И ЗАХВАТОМ ТУЛОВИЩА С РУКОЙ**  
 Стоя в борцовской стойке (рис.1) со средней дистанции борец в красном трико делает нырок под руку соперника и плотно прижимает свою голову к ближней лопатке соперника. Одновременно делает шаг ногой между стоп соперника и осуществляет захват двумя руками туловища и руки соперника (рис.2).





3



4



5



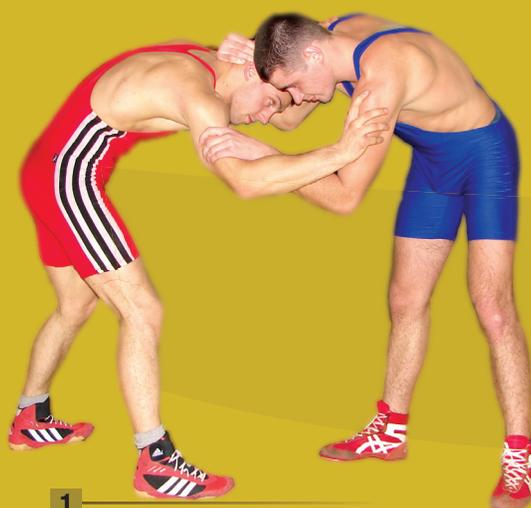
6

Подставляя ногу снаружи, боец в красном плотно прижимает к себе туловище соперника и отрывает его от ковра (рис.3). Прогибаясь назад, красный резко подбивает тазом соперника вверх (рис.4) и в падении на полумост разворачивает соперника спиной к ковра (рис.5). После приземления, красный сверху плотно прижимается грудью к сопернику и продолжает атаку (рис.6)

## СВЯЗКА 3

### БРОСОК НАКЛОНОМ ПЕРЕХВАТОМ ЗА РАЗНОИМЕННУЮ НОГУ

Из борцовской стойки (одна нога впереди) боец в синем трико подается туловищем вперед. Движение плеч вперед освобождается от груза собственного веса сзади стоящую ногу, которая осуществляет толчок вперед.



1



6



5

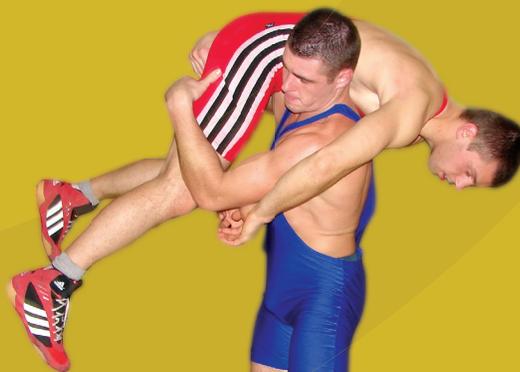


4

Толчку ноги сопутствует выпад передней ноги и быстрое движение рук вперед для захвата 2-х ног. После захвата 2-х ног голова сбоку необходимо руки прижать к своему туловищу и подшагнув толчковой ногой прогнуть туловище, чтобы приблизить грудь к ногам (рис.2) и выпрямив ноги, оторвать борца в красном трико от ковра (рис.3) и положить на плечо со стороны ноги, делавшей выпад. Вслед за этим, захватив красного одной рукой за туловище, а другую продев между его ног, синий захватывает его разноименное бедро изнутри, и разворачиваясь в сторону ног, поднимает их как можно выше (рис.4). Обратным движением руки, захватившей ногу изнутри, синий как бы складывает красного, накрывая его грудь захваченной ногой (рис.5) и бросает его на спину (рис.6)



2



3

Текст **Сергей Бочкарёв**  
Фото **Павел Евсеев**

# КАРАТЭ ГОДЗЮ-РЮ

## ТАКТИКИ И СТРАТЕГИИ



▲ Тактику ближнего боя демонстрирует Олег Духов, чёрный пояс, 2 дан каратэ Годзю-рю, клуб «Дзютэ» (г. Харьков)



Рисунок демонстрирует базовый блок, выполнение которого позволяет развить дальнейшие контратакующие действия в ближнем бою. Выполнение блока возможно как во внешнюю сторону, так и внутреннюю



## Защита от удара рукой уходом

Атакующий (тори) – в чёрном кимоно  
Защищающийся (укэ) – в белом кимоно  
Тори Пирченко Ярослав, укэ Духов Олег



1

Исходная позиция



3

Атакующий наносит прямой удар левой рукой с подшагиванием одноименной ноги. Защищающийся делает уход правой ногой в сторону противника, оказываясь снаружи от линии атаки. Одновременно выполняется первое действие базового блока, для отводки атакующей руки в сторону



2

Атакующий принимает стойку для последующего нанесения удара. Защищающийся – в позиции готовности



5

Завершая выполнение блока, защищающийся затягивает атакующего вперед, выполняя удар основанием ладони правой руки в область паха атакующего. Важным моментом является контроль бьющей руки противника (против удара локтем), для чего захват необходимо делать выше локтя



4

С поворотом в сторону атакующего, защищающийся выполняет четвертое действие базового блока.



- 6** Продолжением контратаки является нанесение удара внешней стороной кулака в лицо атакующего. Обратите внимание на натяжку захваченной руки и разворот бедер защищающегося по часовой стрелке. Этот разворот придает удару дополнительную силу



- 7** Последующее действие, логично вытекающее из удара, – захват головы атакующего и его бросок. На рисунке продемонстрирован процесс захвата головы в момент перемещения правой ноги в окончательную позицию для броска – стойку кибя-дачи

**Вариант контратаки.  
Начинается с позиции 3  
предыдущей комбинации**



- 1** Затягивая вперед захваченную руку, защищающийся наносит боковой удар правой рукой в затылок атакующего



- 2** Пронся бьющую руку, защищающийся захватывает голову атакующего с заступом ноги



- 3** Захват головы может сопровождаться ударом ноги в пах



- 4** Следующее действие аналогично 7 пункту предыдущего варианта. В ходе броска, противника нельзя отпускать, – необходимо проводить «добивание», возможный вариант которого представлен на рисунке. После падения тори на пол, защищающийся выполняет надавливание на глаза

## Защита от удара рукой с выполнением блока изнутри наружу



1

Атакующий наносит прямой удар в лицо правой рукой с подшагиванием одноименной ноги. Защищающийся блокирует удар изнутри рукой



2a

Защищающийся продолжает выполнение базового блока, уводя бьющую руку противника своей одноименной рукой и тем самым «раскрывает» противника



26

Вид с противоположной стороны показывает, что в результате блока, защищающийся находится в удобной позиции для контратаки рукой



3a

Возможным и логичным действием атакующего является прямой удар второй рукой. Защищающийся круговым движением сверху вниз блокирует этот удар правой рукой. Блокирование облегчается тем, что правая рука в предыдущем положении готова к выполнению блока («заряжена» на блок)



36

Вид с другой стороны

# 2



4

Выполняя захват бьющей руки противника и затягивая её на себя, защищающийся наносит боковой удар локтем в голову атакующего



5

Пронся бьющую руку и выполняя дальнейшую натяжку захваченной руки, защищающийся делает заступ ногой вперёд, готовя позицию для последующего броска. В этом положении нельзя отклоняться назад



6

Переходя в стойку «киба-дачи» и выполняя одновременно надавливание правым предплечьем на локтевой сустав, защищающийся выполняет бросок. Надавливание осуществляется энергичным вращением руки. Ключевым моментом является приложение сильного момента локтем вперед-вниз, поскольку движение выполняется с коротким рычагом



7

Как и в предыдущем примере, бросок необходимо заканчивать с удержанием противника с последующим добиванием

# КИКБОКСИНГ

## комбинация 1



Исходная стойка



Атака: Левый прямой в голову  
Защита: Уклонение назад



Контратака: Правый прямой



Левый боковой



Круговой удар передней  
ногой в печень

# комбинация 2

Исходная стойка



Правый прямой в голову



Левый прямой в голову



Боковая подсечка



Задне-обратный круговой удар

# комбинация 3



Исходная стойка



Атака: Левый прямой в голову (с подшагиванием)  
Контратака: Боковой удар передней ногой на встречу



Правой снизу в голову



Левый снизу в голову



Правый боковой в голову



# Кэмпю 15 лет пути

Федерация кэмпю и кобудо Украины отметила своё 15-летие! В честь юбилея было проведено торжественное мероприятие, подводящее итог на пятнадцатилетнем пути развития. Программа включала в себя выступления спортсменов Федерации всех возрастов и уровней; награждение лучших спортсменов за личные достижения и вклад в развитие школы кэмпю и кобудо Украины; демонстрацию техники кэмпю ведущими Мастерами Федерации.



**П**о «горячим следам» нам удалось взять интервью у нескольких мастеров Федерации.

**Сушинский Борис Евгеньевич. Президент Федерации кэмпо и кобудо Украины. Чёрный пояс, 3 дан.**

**Борис Евгеньевич, что значит для Вас кэмпо?**

Лично для меня кэмпо — это образ жизни, способ самовыражения, то дело, которому посвящаю себя полностью. В широком понимании — это жизненный путь «-до», по которому следует человек, посвятивший себя боевым искусствам.

**Сегодня Вы — именитый Мастер, человек, создавший Федерацию кэмпо Украины, многократный победитель мировых турниров. Как начинался Ваш путь к высокому Мастерству?**

Начал я заниматься спортом, как все дети СССР: классическая борьба, самбо, дзю-до. Затем были попытки заниматься каратэ, таинственным, запрещенным в то время видом, окутанным ореолом «всемогущества». Обучение шло, в основном, по книгам, из различных источников, путем самостоятельного накопления опыта. В этот период занимался также тхэквондо. Только потом у меня появились квалифицированные тренеры по этим единоборствам. Накопленный опыт в единоборствах, именно опыт многоплановой подготовки, стал хорошим подспорьем для дальнейшего становления, я бы сказал, профессионального, — был отобран для службы в спецподразделении погранвойск СССР. Там встретил инструкторов-профессио-

налов. После Армии начал службу в милиции. Там и задумался открыть свою школу. С тех пор с этого пути ни разу не свернул.

**Многие поклонники боевых искусств путают кэмпо с другими дисциплинами, в частности с ушу. Не могли бы Вы внести ясность по этому вопросу?**

Кэмпо — это синтезированный вид, я бы сказал наиболее прогрессивный вид. Я никак не хочу «ущемить» взгляды приверженцев других боевых искусств, — дело в том, что кэмпо — всеобъемлющее понятие. Под кэмпо может попадать любое из направлений боевых искусств. В принципе, с него все начиналось, все направления ответвились от кэмпо: корейские, китайские, японские, а теперь можно говорить уже и об украинском кэмпо.

Например, взять классическое каратэ. Главная часть его техники — ударная, в основном руками, и мощная техника ног, однако гораздо слабее бросковая техника.

Джиу-джитсу — здесь, наоборот, на первом месте бросковая техника, болевые контроли, однако слабее подготовка в ударной технике. Кэмпо — объединение этих способов работы, плюс очень развита работа с оружием. Что же касается ушу — это многогранное направление и говорить о нем можно много. Оно не замкнуто в какие-то рамки, существует большое разнообразие подражательных стилей, стилей внешних и внутренних. Вообще можно сказать, что китайское кэмпо находится «во главе» остальных видов. Наша школа — китайско-корейское кэмпо.



**Сушинский Борис Евгеньевич**

Президент Федерации кэмпо и кобудо Украины  
Чёрный пояс, 3 дан





### **Скажите, а кто считается сегодня лучшими мировыми Мастерами кэмпо?**

Безусловно, большая часть лучших Мастеров — китайцы. Могу сказать также об Эдде Паркере, представителе американского кэмпо-каратэ, а также о Президенте международной Федерации кэмпо, обладателе 8 дана. Есть хорошие Мастера в Румынии, Венгрии. Что нас поразило на Чемпионате Европы в Венгрии, откуда мы только что вернулись, — это много взрослых зрелых людей, занимающихся кэмпо. У нас же преобладает молодёжь. Вообще говоря, всех лидеров разных направлений можно причислить к кэмпо.

### **Каково Ваше отношение к коммерческим турнирам по боевым искусствам?**

Там, где «запущены» деньги, понятие «спорт» приобретает несколько другой оттенок. По большей части, это уже коммерция, это определенные правила проведения соревнований и определённая, специфическая обстановка. Пример — профессиональный бокс. Это уже шоу, а там все расписано и подчинено своим законам. Зачастую боксёры сами не знают, что все уже предрешено до момента соревнования. К1 — хороший вид, жесткий, мастера участвуют хорошие, но сама атмосфера вокруг турниров не соответствует духу боевых искусств.

### **Борис Евгеньевич, есть ли у Вас рекомендации для людей, идущих (или не идущих) по пути боевых искусств?**

Тем, кто имеет отношение к боевым искусствам, я хочу пожелать продвижения по этому пути, непрерывного стремления к мастерству, ведь окончания на пути нет, а есть только движение вперед. Что касается тех, кто неактивно участвует в этом движении, желаю большего приобщения к боевым искусствам, потому что боевые искусства — настоящая школа жизни, становления, формирования личности как таковой. Это дело для духовного и физического развития.

...Боевые искусства — настоящая школа жизни, становления, формирования личности как таковой





**Власов  
Александр Викторович**

Чёрный пояс,  
1 дан кэмпо-дзюцу,  
тренер федерации

**Власов Александр Викторович.  
Чёрный пояс, 1 дан кэмпо-дзюцу, тренер федерации,**

**Что Вы считаете своими главными достижениями?**

Мои главные достижения — это мои ученики. Для тренера, пожалуй, главное — это победы своих воспитанников в соревнованиях. Например, моя ученица Герасименко Юлия — чемпионка Европы 2006 г.

**А кто был Вашим первым учителем и сколько лет Вы сами тренируете?**

Мой первый Учитель — Молчанов Вячеслав Валентинович, мастер по кэмпо-дзюцу, обладатель чёрного пояса, 2 дан. Благодаря ему я встал на путь воинского искусства — кэмпо-дзюцу. Сам же начал тренировать в 1993 году.

**Почему Вы начали заниматься кэмпо, а не боксом, борьбой или например айки-до?**

Кэмпо даёт комбинированную подготовку. Здесь есть и ударная и бросковая техника, есть захваты, есть работа с оружием. Лично я предпочитаю ударную технику и вообще люблю поработать в контакте. Саму же технику кэмпо шлифую в ката, с оружием или без него.

**Какие у вас еще интересы кроме занятий кэмпо?**

Вся моя жизнь — кэмпо. Всё время уходит на личные тренировки и на обучение своих воспитанников. Участвуем в турнирах, соревнованиях, на показательных выступлениях. Поэтому для других занятий времени не остается.

Кэмпо даёт комбинированную подготовку. Здесь есть и ударная и бросковая техника, есть захваты, есть работа с оружием





### **Гавриш Александр Николаевич**

**Александр Николаевич, участвовали ли Вы сами в соревнованиях и когда Вы встали на тренерский путь?**

Тренировать я начал недавно, до этого был спортсменом, выступал на соревнованиях разных уровней, кандидат в мастера спорта по контактному каратэ, обладатель чёрного пояса по кэмпо.

**Поясните, пожалуйста, что такое контактные поединки?**

В кэмпо можно выступать в семи-контакте, лайт-контакте и фулл-контакте. Есть также бои без остановок, кэмпо-

кумитэ, где разрешены удары коленями и локтями и броски.

**Сталкивались ли Вы с бойцами других стилей и какие из них более опасны?**

Да, были соперники из кикбоксинга, тайские боксеры, каратисты. Однако независимо от стиля, главную роль играет все-таки бойцовский опыт соперника. Если соперник более опытный, думающий, с ним тяжелее в поединке.

**Какие есть ещё программные дисциплины в кэмпо кроме спаррингов?**

Есть технические поединки, бои по договоренности, где поединок идет по заранее заданной программе, а также самооборона: защита от ножей, другого оружия и т.п. Выступаем также в ката.

**Что Вам больше нравится, участвовать в соревнованиях или тренировать?**

Конечно, интереснее участвовать в соревнованиях, особенно побеждать. Но учить детей тоже интересно. Когда они достигают каких-то победных результатов, и это мои достижения.

**Что бы Вы хотели пожелать читателям журнала?**

Хотелось бы, чтобы люди больше уделяли внимание спорту, тренировались. В здоровом теле — здоровый дух.

«...учить детей тоже интересно. Когда они достигают каких-то победных результатов, и это мои достижения»

### **Чворун Алина Олеговна**

**Расскажите пожалуйста, как Вы оказались в таком «мужском» виде спорта, что Вас в нём привлекает и как он помогает в Вашей жизни?**

Я занимаюсь кэмпо 8 лет, а попала сюда по совету родителей, хоть сами они боевыми искусствами не занимались. Имею зелёный пояс и в 2007 году буду аттестоваться на синий. Для этого придётся сдать экзамен по знанию и владению всей изученной техники за прошедший год. Я люблю этот вид спорта и мне нравится тратить силы и энергию на овладение техникой кэмпо. Люблю участвовать в соревнованиях, причём предпочтение отдаю контактным поединкам, ударной технике рук и ног. Выступала в семи- и лайт-контакте, в кикбоксинге. Стала чемпионкой Европы и СНГ. Бои — это всегда интересно. Причем интересно не только побеждать, но иногда проигрывать — из этого извлекаешь уроки. Ведь всегда перед боем волнуешься, не знаешь соперника. Приходится контролировать себя, свои эмоции, подстраиваться под технику соперника, пытаюсь предугадать его действия и найти контрприемы. Большую роль играет психологическая подготовка — спасибо моему тренеру. Он всегда хочет, чтобы его ученики были лучшими, вот и готовит нас ко всему.

Что касается места кэмпо в моей жизни — кэмпо мне только помогает. Учусь в школе, дополнительно занимаюсь английским языком. Нахожу время на всё. Чем буду заниматься в будущем — пока не знаю наверняка. Знаю только, что хочу двигаться выше, насколько будет возможно. Нужно добиваться своей цели, ведь если ты чего-то хочешь, то достигнешь обязательно.



«...интересно не только побеждать, но иногда проигрывать — из этого извлекаешь уроки».

**Материал подготовили** Дмитрий Дёмин, Сергей Ткаченко  
**Фото** Павел Евсеев



# АКАДЕМИЯ БОЕВЫХ ИСКУССТВ «Честь»

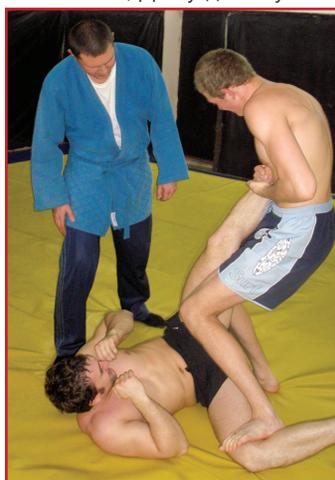
Официально Академия Боевых Искусств «Честь» существует с 2002 года, хотя тренировки, участие в соревнованиях ведутся еще с 1998 года.

Четыре года — за это время обучения в Академии прошло около 500 человек. Воспитано 4 мастера спорта, 3 человека получили 1 дан и черный пояс Джиу-джитсу, несколько человек получили звание КМС.

Это молодая, но динамично развивающаяся спортивная организация, на данный момент насчитывающая около 100 человек занимающихся.

Академией организованы и проведены: серия открытых турниров по смешанным поединкам и ряд открытых чемпионатов г. Харькова по тактической борьбе. Организованы крупные мероприятия: международный турнир по смешанным поединкам «Кубок Минамото».

Сами воспитанники Академии регулярно и успешно выступают на соревнованиях высокого уровня по нескольким универсальным дисциплинам: смешанные поединки, боевое самбо, рукопашный бой, Джиу-джитсу.



**Андрей Коловоротный**, черный пояс, 1-й дан Джиу-джитсу,

**Минжия Заза**, черный пояс, 2-й дан Джиу-джитсу, МС Боевого самбо.

Занятия ведутся для мужчин от 18 лет (менее — по рекомендации и собеседованию).

Также есть группа детей от 6 лет (в основном — общефизические и развивающие упражнения).

Техника Боевого самбо, изучаемая в Академии, берет свое начало из клуба Боевого самбо г. Москвы, спортивный зал МЭ, где руководителем спортивной кафедры на протяжении 25 лет был Анатолий Харлампиев (считается одним из главных основателей многонациональной борьбы Самбо).

В этом клубе занятия ведет Заслуженный мастер Боевого самбо, Заслуженный тренер БС — Валерий Валентинович Волостных, с которым Академия «Честь» поддерживает тесную связь и регулярно участвует в спортивных мероприятиях проводимых данным клубом, а это открытые чемпионаты России, Евразии, Мира. Например, в 2004 году на чемпионате Мира по Боевому самбо, который проходил в городе Махачкале, республика Дагестан, сборная Украины, представленная всего 5 спортсменами (4 из которых — харьковчане) заняла 3 общекомандное место из 125 участников и 11 команд представленных на чемпионате. Хотя

В Академии на данный момент изучаются следующие направления:

Джиу-джитсу (классическое и бразильское направление), боевое самбо, тактическая борьба, Смешанные поединки (Бои без правил).

В Академии ведут занятия:

**Дмитрий Топчашвили**, черный пояс, 2-й дан Джиу-джитсу,

**Алексей Олейник**, черный пояс, 4-й дан Джиу-джитсу, МСМК Боевого самбо,

Президент академии боевых искусств «Честь»  
**Алексей Олейник**



в некоторых командах было по 8, 12, 15 и более 30 спортсменов!

Техника Джиу-джитсу является базовой техникой легендарного клана «Минамото», широко известного на территории Украины и бывшего Советского Союза в 1933-2001гг. с элементами, добавленными многолетним опытом тренировок и участия в соревнованиях различных уровней и направлений.



Тренерский и спортивный опыт Академии «Честь» привлекает к себе внимание различием спортивных школ, поэтому команда Академии регулярно приглашается на соревнования в Украине, России и за рубежом.

Несмотря на достаточно высокие результаты в спорте, основной задачей для себя Академия считает моральное, духовное и психическое укрепление личности, воли человека, привитие Пути Силы, Чести, Достоинства — прививать Рыцарский Дух — такой человек никогда не обидит слабого, в сложной ситуации проявит силу воли и выйдет из ситуации победителем, и это касается не только спорта, но и любой жизненной ситуации — будь то работа, учеба, бизнес, взаимоотношения. Ведь не секрет — люди, занимающиеся спортом, зачастую более активны и успешны в жизни — они активны, целеустремленны, стрессоустойчивы, обладают большой силой воли, умеют «держать удар» и лучше справляются со сложными ситуациями. Да и в плане здоровья, человек, занимающийся спортом, имеет большое преимущество и, что очень важно особенно для молодежи, — ему легче сказать твердое «нет» алкоголю, курению, наркотикам — ему не нужно искать «заменителей ощущений», он целеустремлен, знает чего хочет и как этого добиваться.

По большому счету это не зависит от вида спорта — будь то бокс, каратэ, вольная борьба или смешанные поединки — важно привитие правильной психологии, помощь в создании внутреннего «стержня», который поможет человеку в любой жизненной ситуации быть на высоте.



# Капоэйра



**Капоэйра — это уникальная смесь борьбы, акробатики и танца, основанная на этнических традициях народов Бразилии, бразильское боевое искусство с африканскими корнями, которое стремительно завоевывает популярность во всем мире.**

**Капоэйра — это пластика боевых движений, завораживающие ритмы Африки, этнические музыкальные инструменты, волшебные напевы Бразилии, жестокая схватка и огненный танец, комбинационная игра и головокружительная акробатика.**



## Происхождение

Что касается истории, с капоэйрой дела обстоят так же, как и с остальными боевыми искусствами: более-менее ясно все только с начала XX века, а до 19 столетия имеется достаточно непротиворечивая (на первый взгляд) легенда. Промежуток заполняют маловразумительные документальные свидетельства, которые каждый может толковать так, как ему захочется.

В 1500 году португальцы под предводительством конкистадора Педро Кабрала (Pedro Alves Cabral), прибыли в Бразилию. В числе первостепенных задач новоприбывших было подчинение местного населения — бразильских индейцев — для того, чтобы обеспечить португальцев даровой рабочей силой.

Это предприятие быстро потерпело крах — индейцы быстро умирали в неволе или убегали в свои, находящиеся неподалеку, поселения. Тогда португальцы начали ввозить рабов из Африки. Они, если и убегали, не рисковали углубляться далеко в джунгли и основывали свои вольные поселения — киломбос или мокамбос — поблизости от городов и плантаций португальцев, которые могли без особых трудностей отлавливать их снова — сами или с помощью индейцев.

Согласно наиболее популярной, хотя не выдерживающей серьезной критики, теории происхождения капоэйры зародилась в самом крупном из таких поселений беглых рабов «королевстве» Киломбо дос Пальмарес, просуществовавшем на протяжении всего семнадцатого века в районе Пернамбуко. В эпоху своего расцвета (1645г.) «Пальмовая республика» насчитывала до одиннадцати тысяч жителей в десятке деревень. После разгрома Киломбо дос Пальмарес карательной экспедицией португальцев капоэйра продолжала развиваться чернокожими на плантациях, замаскированная под танец, чтобы можно было заниматься под носом у белых рабовладельцев.

Примерно с 1814г. капоэйра и другие проявления африканской культуры подвергались репрессиям, а кое-где и запрещались хозяевами рабов и надзирателями. До этого на африканские традиции смотрели сквозь пальцы, а иногда даже поощряли — отчасти для уменьшения внутреннего напряжения, порождаемого рабством, отчасти, чтобы внести отчуждение между разными этническими группами африканцев.

Документированный этап, своего рода новая история капоэйры, начинается подписанием Золотого Закона в 1888г., который отменил рабство. Нужно отметить, что ввоз рабов был запрещен еще раньше — в 1850г. законом Кейроза, но на протяжении еще почти сорока лет работорговля продолжалась нелегально. В 1892г. практика капоэйры была запрещена первой конституцией Бразильской Республики.

Технически капоэйра того времени имела мало общего с сегодняшней — акробатические прыжки, перемещения у земли, удары ногами и музыкальный инструмент, под названием беримбау, стали неотъемлемой частью этого искусства, видимо, только в двадцатом веке.

## XX век

К 20-м годам прошлого века в результате трех десятилетий полицейских преследований капоэйра была практически полностью искоренена в преступной среде крупных городов — Рио-де-Жанейро, Сан-Пауло и Ресифи.

В г. Баия капоэйре удалось пережить репрессии в форме ритуализованного танца-поединка, вобравшего в себя другие элементы африканской культуры. На смену кровопролитным стычкам пришло относительно мирное времяпровождение по вечерам и праздничным дням.

Тогда же, по-видимому, становится обязательным музыкальное сопровождение и канонизируется состав инструментов для игры-джого.

В 1932 г. в Сальвадоре, Местре Бимба (Manoel dos Reis Machado — 1899-1974) открыл первую академию капозэйры в Centro de Cultura Fisica Regional Baiano — отсюда, кстати, и пошло название одного из двух основных современных стилей капозэйры — регионал (Regional). Это стало возможным благодаря националистической политике диктатора Жетулио Варгаса (Getulio Vargas), способствовавшего распространению капозэйры как бразильского национального вида спорта. С этого момента Бимба начал преподавать капозэйру. Впервые в истории стало возможным обучать капозэйре и практиковать ее открыто. В 1941 г. Местре Пастинья (Vicente Ferreira Pastinha — 1889-1981) открыл свою школу Капозэйра-Ангола.

В сороковых годах началась миграция капозэйристов из Баии в Рио, а позднее в Сан-Пауло и другие города. В начале шестидесятых молодые капозэйристы из средних слоев Рио, после обучения у мастера Бимбы, вернулись домой и продолжили развивать капозэйру самостоятельно. Примерно через десять лет школа Сензала достигла расцвета. Она стала наиболее известной группой в Бразилии, пропагандирующей новый стиль Регионал-Сензала.

В то же самое время, капозэйра активно развивалась и в Сан-Пауло. Интенсивные разминки и систематическая постановка ударов дополнили методику Бимбы. Вскоре и в Рио и в Сан-Пауло, под влиянием восточных боевых искусств, была принята новая система шнуров. Четкая организация обучения и контроль роста мастерства в реформированной капозэйре обеспечили приток новых учеников.

К тому времени относятся и первые попытки проведения соревнований и чемпионатов по капозэйре, организации судейства и выработки правил.

Примерно с 1985 г., начинается возрождение традиционной капозэйры Ангола, присутствие которой было до тех пор практически неощутимо в тени стиля, берущего начало из капозэйры-регионал. Сегодня мы являемся свидетелями многообразия школ и направлений, обогащающего движение капозэйры. Помимо стиля регионал-сензала с его детальной проработкой техники ударов ногами и движений, преподают и великие мастера капозэйры-ангола, которые обладая собственной отточенной техникой движений, углубляют наши знания ритуала, музыки и философии капозэйры. И среди молодого поколения учителей капозэйры, которым сегодня около 35 лет, многие интересуются как стилем регионал-сензала, так и традиционным стилем ангола.

В 1992 году была выделена из Национального Департамента Бразильской Конфедерации Бокса в самостоятельную административную единицу Бразильская Конфедерация Капозэйры; Национальным Техническим Конгрессом разработаны Правила проведения соревнований по капозэйре и с 1996 г. проводятся официальные чемпионаты Бразилии по капозэйре. В 1999 году создана Международная Федерация Капозэйры (г. Сан-Пауло).

Сегодня капозэйра практикуется в 164 странах на всех континентах.

По инициативе Ассоциации Капозэйры «Рабо-де-Арраия» в июле 2006 года в г. Бильбао (Испания) прошел

Первый Чемпионат мира по капозэйре «Капозэйра-Капу», в котором приняли участие более 100 спортсменов из Канады, США, Израиля, Бразилии, Португалии, Испании, Франции, Германии, Бельгии, Дании, Англии, Польши и Украины с судейством 22 известнейших мастеров ведущих международных школ капозэйры. Украинский спортсмен Виталий Горовой из школы «Эспрессао Паулиста де Капозэйра» занял 11 место в полуфинале. Сразу после Бильбао организатор Чемпионата местре Балу с коллегами приехал на Украину и провели в Луганске Первые Украинские Игры капозэйры, а в сентябре — Первые Киевские Игры капозэйры при независимом судействе бразильских мастеров.

## Европа

Первое близкое знакомство Европы с капозэйрой по-видимому датируется 1951 годом — европейским туром артистической труппы Companhia Brasileira, за которой последовали другие, например Furacões da Bahia или Brasil Tropical, основанная мастером Камиза Роша. После этого отдельные специалисты получили возможность оставаться здесь на продолжительное время, обучая капозэйре или выступая с сольными номерами.

Пионером европейской капозэйры считается Martinho Fiuza, приехавший в 1978 г. Следует отметить, что регулярное преподавание капозэйры в США началось всего на три года раньше — в 1975 г. мастером Jelon Vieira (школа Сензала) в Нью-Йорке. В 1980 г. в Германию прибыл Пауло Сикейра (Paulo Siqueira), это событие принято считать началом непрерывного развития капозэйры в Европе.

В 1987 г. состоялась первая летняя встреча Capoeira Summer Meeting, организованная Маркушем Чина (Marcos China) и группой Senzala в Париже. В ней приняли участие многие мастера из Бразилии: Peixinho, Toni, Garrincha и Sorrizo, а также уже закрепившиеся в Европе: Lua (Швейцария), Grande (Франция), Samara (Голландия). Через год в Париже была устроена еще одна встреча.

С 1989 г. летний лагерь проводится в Гамбурге организацией Пауло Сикейры Capoeira. Эта шестидневная встреча является одним из крупнейших событий в календаре европейской капозэйры. Каждый день проходит от 6 до 9 занятий в трех группах, дифференцированных по уровню подготовки. Дополнительно предлагаются факультативы по африканским танцам и игре на музыкальных инструментах.

Из других значительных ежегодных фестивалей можно выделить International Capoeira Angola Meeting (Берлин, Вена) и пасхальную встречу в Амстердаме.





## Бразильские мастера проводят чемпионаты по капоэйре в Украине

В Украину капоэйра пришла более десяти лет назад с созданием первого клуба под руководством Виталия Кобальчинского, президента Всеукраинской Федерации Капоэйры, созданной с целью содействия развитию различных направлений капоэйры, а также становлению капоэйры как официально признанного вида спорта в нашей стране. Под его руководством и при поддержке Посольства Бразилии в Украине киевская школа капоэйры провела 12 семинаров с бразильскими мастерами, включая первый в Украине международный семинар по капоэйре с участием контра-местре Руй де Консейсао Перейра «Групо Сензала де Капоейра» (2001г.) и ежегодные, начиная с 2004 года, аттестации-батизадо под руководством местре Марсело Андерсон Кандидо, основателя «Групо Эспрессао Паулиста де Капоэйра», пятикратного чемпиона Бразилии по капоэйре и лучшего спортсмена 1996 года по версии Олимпийского комитета Бразилии. Местре Марсело постоянно преподает капоэйру в Германии (г. Гамбург), а также курирует работу своей школы в Бразилии, Испании, Франции, США и Украине.

21-23 июля 2006 г. в Луганске прошел первый международный семинар группы Rabo de Arraia Capoeira при содействии Всеукраинской федерации капоэйры (ВФК)

и при поддержке Посольства Бразилии в Украине.

Это — одно из первых мероприятий ВФК; отражает ее стратегическую задачу — сделать общение с истинными носителями этого проявления бразильской культуры доступным для всех регионов Украины. Выбор Луганска в качестве места проведения не случаен. Город находится вблизи от крупных центров развития украинской капоэйры. Учитывался также факт, что многим любителям капоэйры в этой части страны посещение семинаров даже в Киеве может оказаться не по карману. Участвовали представители 9 школ капоэйры из 7 городов Украины и России — Киев, Одесса, Днепропетровск, Запорожье, Краматорск, Донецк и Ростов.

Приглашенный контра-местре Балу — основатель и руководитель международной школы Rabo de Arraia Capoeira. О его репутации в мире капоэйры может свидетельствовать хотя бы то, что на организованный им Фестиваль и Первый Чемпионат Мира по капоэйре в июле этого года в г. Бильбао (Испания) CapoeiraCari приехали 22 мастера, возглавляющие ведущие школы капоэйры Бразилии. Формадо Лагартиса — один из сильнейших капоэйристов-европейцев и руководитель филиала Рабо-де-Арайа в г. Малага (Испания). Формадо Нескау — молодой бразилец с оригинальным стилем игры, руководитель филиала школы Рабо-де-Арайа в г. Виттория (Испания). Его присутствие заряжало всех положительной энергией благодаря неизменной обаятельной улыбке и искрометной жизнерадостности.

Школа Рабо-де-Арайа основана в 1998г. в г. Бразилиа к-местре Балу — тогда еще профессором — при содействии местре Адилсона (DF), местре Суассуны (Сан-Пауло), местре Мао Бранка (Минас Жерайс) и местре Гато (Рио-де-Жанейро). Это ответвление группы Бразилиа Капоэйра, которая, в свою очередь, образовалась в июне 1994г. из группы Адилсон Капоэйра, возглавляемой местре Адилсоном в течение 29 лет. В настоящее время группа Рабо-де-Арайа насчитывает 950 учеников, и занятия ведутся во многих городах Испании, а также в Европе и Бразилии. У школы красивый, гармоничный, разносторонний и креативный стиль капоэйры, напоминает Капоэйра Бразил и Кордао-де-Оуро. Она представляет современные направления капоэйры и практикует современную капоэйра-ангола и регионал, а также бенгелу и миудиньо.

В контексте семинара прошли первые украинские соревнования — Jogos de Capoeira — по правилам Чемпионата Мира в Бильбао и при независимом судействе его организатора к-местре Балу, а также очевидцев и участников — Лагартиса и Нескау. Судейство было абсолютно независимым, так как все участники и судьи впервые встретились на семинаре.

Соревнования проходили в виде роды, в которой парно играли все участники (игра каждого ограничена одной минутой, но все должны выйти в круг минимум по 2 раза). Сначала играли под ритм бенгела, потом — санбенто-гранде-де-Бимба (регионал). Оценивалось умение красиво играть — постоянно двигаться, избегать длительного пребывания в джинге, гармонично строить игру, перемещения, грамотно атаковать и защищаться, адекватно реагировать, а еще лучше — чувствовать и предугадывать действия своего оппонента. Поощря-



**Беримбау** традиционный для капозейро музыкальный инструмент

лось также умение развивать движения в длинные и хитрые связки, одним словом — демонстрировать красивую и качественную игру. Беспрерывные серии ударов, а также любая флорейя (пластичная акробатика в капозейре) сама по себе дополнительных баллов не давала. За доведение до контакта прямых (*benção, pisão, ponteira*) и прочих травмирующих ударов ногами и руками — баллы снимались. Подсечки и опрокидывания достаточно было просто обозначать правильным заходом; доводить движение до падения оппонента (даже в роде режиионал) не обязательно — дополнительных баллов это все равно не давало.

Благодаря демократичным правилам Игр и максимальной приближенности к обычной игре в роде удалось привнести в капозейру соревновательный аспект без ущерба для ее традиций и философии. По итогам двух отборочных род, в финал вышли 11 игроков. Отмечены дипломами 4 участника:

1. Лютко Павел — Киев, руководитель Кобальчинский В.
2. Базаров Игорь — Донецк, руководитель Муравьев С.
3. Ткачук Владимир — Киев, руководитель Кобальчинский В.
4. Билевщук Александр — Краматорск, руководитель Плакущенко М.

Свою задачу Игры выполнили с лихвой — все участники показали, по мнению судей, достаточно высокий уровень капозейры. Все, кто принимал участие в Играх, продемонстрировали красивую игру — почти не было агрессивного соперничества, зато было море азарта, море энергии и море эмоций — как раз то, что делает капозейру капозейрой! Пожалуй Игры превзошли все ожидания: это была просто бомба — океан впечатлений и ни с чем не сравнимый опыт. Многие не могли и представить себе, что это будет так интересно и захватывающе, так напряженно и азартно.

На обратном пути из Луганска в Испанию 27 июля в Киеве представители группы Рабо-де-Арайя провели однодневный мини-семинар, в котором приняли участие более 30 киевских капозейристов из разных школ. В продолжение и развитие отношений ВФК и украинских капозейристов с группой Рабо-де-Арайя в 22-24 сентября прошел семинар в Киеве и 29 сентября — 1 октября — Донецке. В контексте семинара прошли I Киевские Игры капозейры.

#### Рейтинг команд-финалистов:

- 1-е место УФК — средний балл 21,0 (всего 147 баллов, 7 участников)
- 2-е место КСЦК — 20,6 (103 балла, 5 участников)
- 3-е место ЦРБК — 17,8 (107 баллов, 7 участников, минус 1 по состоянию здоровья)
- 4-е место Сумы — 15,0 (1 участник)

Победители по результатам рейтинга среди мужчин:

1. Изнаирский Валентин (КСЦК)
2. Ткачук Владимир (УФК)
3. Власюк Сергей (ЦРБК)

Победители по результатам рейтинга среди женщин:

1. Власюк Марина (УФК)
2. Петухова Елена (КСЦК)
3. Ковалева Мария (КСЦК)

**КСЦК** — Культурно-спортивный центр «Капозейра», представляет школу «Ашекапозейра» под руководством мастера Баррао, известного певца и составителя капозейристовских песен.

**УФК** — Украинская федерация капозейры, в настоящее время представляет «Группу Эспрессао Паулиста де Капозейра» под руководством мастера Марсело, пятикратного Чемпиона Бразилии по капозейре; УФК входит в состав ВФК.

**ЦРБК** — Центр развития бразильской культуры, представляет одну из старейших школ капозейры — «Сензала» под руководством одного из наиболее пластичных капозейристов мира, контра-мастера Руй.





международный семинар

# ДЖИУ- ДЖИТСУ



**Васильев Николай, 8-й дан  
Джиу-Джитсу. Россия. Пре-  
зидент Школы Реального Боя  
«Комбат Дзю-Дзюцу»**

# ИНТЕРВЬЮ

## Отличается ли уровень Европейского джиу- джитсу от Японского?

В Японии сейчас популярность джиу-джитсу меньше, чем в Европе. По данным на 2000 год в Японии занималось официально 30 000 человек, в Европе 5-6 млн. Вообще развитие джиу-джитсу происходило волнами. В мирное время в Японии наблюдался упадок джиу-джитсу, в военное — его развитие. До 50 годов превалировало джиу-джитсу. Затем началось «Японское экономическое чудо» и на арену вышло дзюдо — хорошая система, есть большие мастера. В 60 годы, после дзюдо начался бум каратэ, но очень скоро поняли, что дзюдо все-таки надежнее, да и вообще дзюдоисты имели такую форму как госин-дзюцу, они обучались джиу-джитсу, в разной степени, пусть даже факультативно. Дзюдо — это борьба на пределе сил, это рациональная техника боя. В каратэ же малое количество школ, где борьба проводится на пределе сил и при этом, как правило, все ограничено только ударной техникой. Нельзя не забывать и о влиянии кинематографа, ведь показать борьбу в кино — значит сделать просмотр неинтересным, а вот красивые высокие удары — другое дело. Да и те мастера, которые есть сегодня, особенно не заинтересованы передавать свои знания. Современные описания истории джиу-джитсу сделаны писателями или историками, а не специалистами этого единоборства.

### Так что, популярность джиу-джитсу падает?

Ее никогда и не было. Джиу-джитсу больше подходит для армии, для полиции. Те школы, которые сегодня называют себя

школами джиу-джитсу, в старых понятиях таковыми не являются. Это чаще всего системы, созданные на основе дзюдо, иногда — это смесь дзюдо, айкидо, каратэ. Это неплохие школы, представленные хорошими мастерами, но специфика заключается в том, что бойцы должны уметь воевать. Старое джиу-джитсу — это то, что вкладывается между двумя ударами в боевой картине. Если удастся применить свою технику между двумя ударами меча, а на войне между двумя выстрелами — это джиу-джитсу, если нет, то это что-то другое. основополагающая же разница в стилях джиу-джитсу связана с разницей во владении базовым оружием. Техника этого вида единоборства часто была связана с войной, и в зависимости от того, какова была рукоятка меча, как держал его мастер, создавались разные техники выполнения базовых приемов, что можно продемонстрировать на простом примере — захват вилкой (между большим пальцем и ладонью). Он кажется совсем неэффективным, но это был один из основных приемов последних войн, и связано это с тем, что надежнее винтовки из ударных предметов ничего не было, но из нее можно было еще и стрелять. Винтовка держится как раз вилкой, поэтому любой учебник по боевому самбо того времени начинался с обучения удушающему захвату за горло. Даже в фильмах тех лет показывали, что можно просто прыгнуть в окоп и удушить противника. Сейчас наблюдается тенденция маскировки джиу-джитсу, ведь большинство мастеров уехали в Америку, но там не было подготовленной почвы для освоения традиционных принципов джиу-джитсу, и они стали восстанавливать это единоборство через дзюдо. Дзюдо хороший вид спорта, но это спорт, в котором другая биомеханика. Невозможно объединить приемы дзюдо, айкидо, каратэ, у каждого стиля своя био-

Джиу-джитсу в начале 20 века было настолько неизвестно в мире, насколько его хотели изучать. Секретное оружие самураев. Что это? В чем его суть? Кто, кроме самих самураев, мог ответить на эти вопросы? Прошло время. Мир изменился. Секреты остались, но техника этого единоборства стала доступной для изучения. В настоящее время армии государств и силовые структуры берут его на вооружение, развиваются школы, проводятся чемпионаты.

Совсем недавно, в Киеве любители единоборств могли быть зрителями международного турнира по боевому джиу-джитсу, в котором принимали участие

бойцы из России, Украины, Белоруссии, Азербайджана, Великобритании, Португалии.

Турнир проводился по правилам, которые допускают широкий арсенал разрешенных технических действий, среди которых: удары руками, удары ногами, броски, болевые приемы и удушающие захваты. Интересно отметить, что никто не начислял очков за выполнение технических действий. Победа присуждалась только тому бойцу, которому удавалось выполнить нокаутующий удар, провести болевой прием или сделать удушающий захват.

К счастью широта арсенала тактических решений спортив-

ного поединка даёт бойцам пролить способности, характерные только для них. Отсутствие практически всех ограничений во время поединка позволяет во время схватки определить, что такое техника единоборства. Скоротечность поединков, в которых нет оценок правильности исполнения приема, а все зависит только от того эффекта, к которому он привел, с учетом необходимости вести борьбу на пределе физических возможностей, позволяет бойцам свой потенциал.

Эпизоды поединков, приведенные во врезках «Мгновения», иллюстрируют технические возможности боевого джиу-джитсу.



После блокирования удара правой ногой [1] в корпус следует серия ответов правой рукой в голову и левой в корпус [2-3] и, хотя удары достигают цели, они не дают нокаутующего эффекта. Это дает возможность сопернику, отклонившись, от очередного удара справа, провести захват за шею и нанести удар коленом в грудь [4]



1



2



3

Интересная, и в тоже время эффективная комбинация показывает достаточно быстрый способ достижения победы в поединке. Один из бойцов наносит удар по «бедренной мышце». Соперник, сделав выпад левой ногой смягчает удар и одновременно оказывается на дистанции захвата опорной ноги, тут же следует бросок. После непродолжительной борьбы в партере победа достигается рычагом локтя.

механика, они самодостаточны, и для каждого из них не нужно ничего больше. Причем в мире была предпринята не одна тысяча попыток объединить различные техники, но все было напрасно. Сегодня большинство школ джиу-джитсу базируется на дзюдо, в основе которого бросковая техника. Дзюдо — это мягкая форма джиу-джитсу, но у него есть свой путь развития. На сегодня дзюдо существует как самостоятельная дисциплина, и более того, мы сейчас с большой натяжкой говорим, что дзюдо произошло от джиу-джитсу.

## Сейчас все больше появляется контактных видов единоборств. Каковы перспективы джиу-джитсу?

Бои без правил, в том или ином виде — это все джиу-джитсу, ведь и боевое самбо — это джиу-джитсу. Не для кого не секрет, что все первые книги по боевому самбо назывались джиу-джитсу, поэтому мне кажется, что у джиу-джитсу в этом плане проблем не будет. Но многое будет зависеть от тенденций в обществе, ведь историческое развитие этого вида единоборств, происходило при наличии социального заказчика. Бурный период развития джиу-джитсу в начале 20 века наблюдался между двумя мировыми войнами, когда был социальный заказ на войну. Именно в это время джиу-джитсу развивалось особенно интенсивно. Сейчас, к счастью, такого заказа нет, а необходимость в технике уличной самообороны очень часто сильно преувеличена, ведь существует множество других способов избежать нежелательных проблем. На сегодня, однако, система джиу-джитсу по-прежнему важна для силовых структур.

## Семинары, на которых рассматриваются различные аспекты джиу-джитсу, занимают значительное место в преподавании этого вида единоборств, а что будет превалять — соревновательный аспект или занятия в виде семинаров?

Одно из правил нашей школы — обязательное участие в соревнованиях. Причем наши ребята соревнуются не только по джиу-джитсу, но и по контактному каратэ, и тоже побеждаем. Среди моих учеников есть чемпион мира по контактному каратэ, чемпион Европы по джиу-джитсу, где бои проводятся официально с 1978 года по более мягким правилам. Я очень хорошо отношусь к боям каратэ. Можно сказать, что здесь, скорее всего, не будет единых правил, потому что слишком разные слои населения участвуют в соревнованиях, кого-то привлекает более мягкая форма, кого-то формальная. В джиу-джитсу же основа техники — боевая техника. О ней можно говорить на семинарах, но без спарринга, без спорта, обойтись нельзя. Нужна постоянная работа на пределе сил. Можно учиться и перед зеркалом, но на улице такое обучение бесполезно, человек не сможет им воспользоваться, по-

тому что не привык работать на пределе сил. А если нет такой предельной тренировки, любая техника бесполезна. К тому же, практика соревнований по джиу-джитсу самые честные по одной простой причине — не начисляются очки, а признается только чистая победа: нокаут, сдача соперника от болевого или удушающего приема, или от технического нокаута, когда противник не в состоянии выдержать атаки и его три раза выбивают за пределы татами. С другой стороны, выход за татами позволяет любому спортсмену, не теряя лица, достойно покинуть поле боя.

## Какие страны лидируют в джиу-джитсу?

Нет, явных лидеров я бы не назвал, хотя в Европе много федераций. Есть они и в странах СНГ. Можно назвать Санкт-Петербургскую, Московскую. У нас в Томске вообще старейшая школа, недавно отмечалось 35 лет. Большинство специалистов вышли из самбо, из контактных единоборств, да и вообще на территории СНГ борцовская школа хорошая, ударная тоже.

## Вы отдаете предпочтение ударной или борцовской технике?

Конечно ударной, причем техника удара может быть любой: ближе к боксу, к каратэ, к фехтованию. Предпочтение удару отдается потому, что удар — это самое короткое и разрушительное воздействие по времени. Если техника броска, болевого приема, удушения или любого другого контакта будет значительно дольше, чем удар, любым ударом определится исход поединка. Удар является основополагающим и вся базовая техника должна строиться на нем, он задает такт. Нельзя защищаться от того, чего не знаешь. Изучая защиту от палки, нужно уметь ей пользоваться, от ножа — нужно научиться фехтованию ножом, от пистолета — нужно научиться стрелять

## Ваши пожелания читателям журнала.

Молодежь должна заниматься боевыми искусствами, к которым относятся не только восточные единоборства, но и Греко-римская борьба. Это позволяет людям быть более уверенными в себе, а в наше время все настолько изменилось, что скорее всего сами приемы никогда не понадобятся, но вот уверенность в себе — это то, без чего просто невозможно решить большинства жизненных проблем.

**Беглов Ярослав. Воронеж. Россия. По боевой версии — 2-ю, синий пояс, по спортивному джиу-джитсу — кандидат в мастера спорта. Студент института физкультуры Воронежа.**

## Сколько лет вы занимаетесь?

Именно джиу-джитсу, наверное, лет пять.

## Как пришли в джиу-джитсу?

Из рукопашного боя. Версия джиу-джитсу максимально приближена к улице, что позволяет за себя постоять и в любой ситуации придает уверенности в себе. Кроме того,



Беглов Ярослав

в соревнованиях исключены судейские ошибки — очки не числятся.

**У Вас есть какая-то любимая техника: борцовская или ударная?**

Стараюсь использовать и ударную технику, и бороться. Приходится использовать технику в зависимости от ситуации, например, против борца — ударную.

**Предварительно планируете свои бои?**

Чаще всего — да, знакомясь с предыдущими боями будущих соперников.

**Есть ли у Вас увлечения?**

Да, сноуборд и мотоцикл, но джиу-джитсу — основное.

Хочу пожелать всем вести здоровый образ жизни и заниматься борьбой.



Макухин Вячеслав

**Макухин Вячеслав. Россия. Школа реального боя Николая Васильева. Чемпион мира по универсальному каратэ и неоднократный чемпион Европы по джиу-джитсу. По специальности программист. Тренер — Николай Анатольевич Васильев.**

**Как Вы пришли в джиу-джитсу?**

— В джиу-джитсу пришел давно, после каратэ-до шотокан, когда переехал в Россию.

**Вы начинали свой**

**путь в единоборствах с каратэ?**

— Я начинал с каратэ в республике Казахстан. Выступал за сборную Казахстана. Не жалеете, что перешли из каратэ в джиу-джитсу?

Нет, не жалею, только рад.

**Но Вы ведь до сих пор участвуете в соревнованиях по каратэ?**

Универсальное каратэ — это то же самое, что и джиу-джитсу, только там введена очковая система, а форма выступления ничем не отличается. Бой ведется в полную силу, все разрешено, а для привлечения большего количества зрителей; для проведения более представительных чемпионатов — назвали универсальное каратэ.

**Какую технику ведения поединка Вы предпочитаете?**

Люблю бороться, и стараюсь в любой ситуации перейти в партер и там уже доделать свое дело.

**Получается, что ударная же техника для Вас не главное?**

Ударную технику я всегда использую, но, стремясь быть универсалом, все-таки предпочитаю борьбу.

**Ваши увлечения?**

Активные виды спорта. Люблю футбол, хоккей, сноуборд, иногда участвую в соревнованиях.

**Вы были знакомы с Вашими сегодняшними соперниками до соревнований?**

Нет. Те ребята, с которыми я сегодня встречался в поединках, для меня были неожиданными соперниками.

**И как Вы оцениваете уровень их подготовки?**

Я убежден, что любой парень, который вышел на татами, уже хорош, уже подготовлен, потому что он в себе уверен. При этом любой боец на соревнованиях может нокаутировать другого. Случайности не исключаются. Все факторы влияют на бой. Многое зависит от состояния души, от состояния здоровья..

**Ваши пожелания читателям журнала.**

Заниматься спортом, спорт — это жизнь и только спорт нас выведет в будущее.

**Ибрагимов Рауф, сенсей Ибрагим-ли, 6-дан комбат джиу-джитсу. Азербайджан. «Я представляю свой клуб боевых искусств и восточных единоборств — «Тугрул».**



Ибрагимов Рауф

Из Азербайджана я привез команду в составе трех человек. Наши ребята выступают не только по джиу-джитсу, но и по каратэ, и по дзюдо.

**Как Вы оцениваете уровень украинской команды?**

Уровень неплохой, но пока не хватает техники, не могут совместить удары с бросками. Однако соревнования мне очень понравились, проводятся на должном уровне. По сравнению с прошлым годом Киевская ассоциация сильно поднялась, сделано много дел. Мы бывали на многих представительных соревнованиях. На недавнем чемпионате по дзюдо в Анапе наши ребята очень хорошо выступили. Мои ребята участвовали в контактных и полуконтактных боях, на соревнованиях по рукопашному бою. На этом турнире они заняли 1, 2 и 3 места в файтинге. Для меня это большой успех.



1



2



3



4



5

На чемпионате использовались различные тактические варианты проведения поединков. Было много ударов, но не всегда удар решал все. Удачный захват, правильное распределение веса тела дают возможность провести эффективный бросок. Но бросок не всегда получается, что дает возможность сопернику оказаться в более выгодном положении.



1



2



3



4

И все же если бросок удастся, он выглядит красиво.

**МГНОВЕНИЯ**

В прошлом году я привозил сборников, а в этом — новичков, которые, тем не менее, очень хорошо выступили, и все же, измененные правила сбили моих ребят с толку. На этом турнире разрешались удары в голову, а в прошлом году они были запрещены. Мы об этом просто не знали. И кроме того мне показалось, что судьи чуть-чуть поддерживали своих украинцев, но это наверное естественно, потому что дома всегда своих защищают. Хочется поблагодарить представителей всех команд, которые участвовали в соревнованиях. Они все достойно выступали. Кто-то лучше, кто-то хуже, но они боролись, как и должны это делать бойцы.

### **Насколько перспективно джиу-джитсу как контактный вид единоборств?**

Уже на сегодня рейтинг джиу-джитсу вырос. Японская федерация джиу-джитсу не включает в себя слабые, незлитные клубы, и наша команда показала очень неплохой результат. Все клубы, входящие в эту федерацию, — сильные клубы, которые продвигаются вперед, развиваются, вырастают.

### **Как, по Вашему, будут ли полные залы зрителей на соревнованиях по джиу-джитсу?**

Дело в том, что люди приходят посмотреть на красивые, интересные, профессиональные бои. Надеюсь, уровень турниров возрастет и люди будут толпами ходить на соревнования. У нас в Азербайджане собирается достаточно много людей смотреть бои по джиу-джитсу и уровень этого вида единоборств в нашей стране достаточно высок. Азербайджанский народ всегда был бойцовским народом. Спортсмены всегда выходили на соревнования, всегда были крепкими. Джиу-джитсу развивается в Азербайджане вместе с другими видами спорта и относится к числу элитных.

### **Могли бы Вы назвать каких-нибудь мастеров, которых Вы считаете выдающимися?**

Прежде всего, хотел бы назвать нашего сенсея Алексея Кунина. Если бы он был плохим, не удалось бы создать такую представительную ассоциацию, в которую входит 44 страны.

### **Скажите ли Вы какие то пожелания читателям журнала?**

Да, хочется пожелать молодежи быть стойкими в жизни, любить свою землю свой народ, гордиться им.

**Президент федерации Алексей Кунин родом с Украины. Родился в Киеве, в 12 летнем возрасте уехал в Америку, где живет уже почти 30 лет и около 30 лет занимается джиу-джитсу.**

### **Почему Вы выбрали именно джиу-джитсу?**

Мы, развивая боевое джиу-джитсу, создали федерацию, чтобы древнее искусство не умирало, чтобы сохранить настоящие

корни древнего искусства джиу-джитсу и учить новое поколение. Объединить старые, хорошие школы и продолжать наше движение. Это связано сем, что появилось много спортивных направлений. Некоторые мастера смешивают дзюдо с каратэ и считают, что это джиу-джитсу. А мы не хотим, чтобы настоящее древнее джиу-джитсу исчезло, поэтому и продолжаем учить наших студентов в древнем духе старых воинов самураев — боевой подход, включая философию, традицию, хотим сохранить его как полноценное искусство.

### **Ваша оценка уровня Украинского джиу-джитсу по сравнению с Европейским и с Японским?**

К сожалению, в Японии джиу-джитсу почти забытое искусство. Осталось пару учителей. В Европе джиу-джитсу мягче, там больше преобладает спортивное направление. На Украине, в России и вообще в странах СНГ любят более жесткий подход. Натура у нас такая. Если бить, то по-настоящему. На Украине школа хорошая, несмотря на то, что еще молода. Основы уже заложены, и можно спокойно расти и двигаться дальше. Нужно просто время, чтобы эта школа развилась.

### **Ваша оценка перспектив развития боев без правил, контактных поединков?**

Если это не коммерческие бои, а используется спортивный подход, то перспективы значительны. Так как только в этом случае все будет чисто, будут соблюдаться традиции. Будут соблюдаться принципы, будет меньше повреждений, но в тоже время приемы будут проверяться в реальной, боевой ситуации и можно будет видеть, работают приемы или нет. Это позволит молодым бойцам джиу-джитсу расширять свои знания и технику в спортивном бою на соревнованиях, набираясь опыта. Набирая опыт, они будут учиться стратегии, смогут увидеть, что изучаемая техника реально работает на практике. Комерциализация же — очень опасная тенденция для джиу-джитсу, она подорвет его основы, базовые философские принципы. Это наше убеждение, поэтому мы с благодарностью относимся к спонсорам, которые помогают нам развивать это искусство, и мы не пытаемся зарабатывать деньги на коммерческих боях, потеряется чистота джиу-джитсу, а чистота и традиции — это самое главное. Если мы не отступим от своих принципов, организация будет расти.

Кунин Алексей

**Каких выдающихся мастеров современности Вы могли бы назвать?**

Легендарные мастера, к сожалению, уже давно не выступают, уже пожилые, но в нашу организацию входят такие легендарные люди, как профессор Вола Джей, который уже около восьмидесяти лет живет в Северной Калифорнии, возле Сан-Франциско. Он внес огромный вклад в развитие джиу-джитсу. Мой учитель Жан де Норе, живущий в Лос-Анжелесе. Он занимается джиу-джитсу уже более шестидесяти лет, бывший капитан морской пехоты во время корейской войны. Он еще в 1953 году создал клуб по дзюдо в Пентагоне. Эти великие мастера помогают нам советами, направляют.

**Семинар, который Вы проводили перед турниром, имел какую-то направленность, тематику?**

Да, я рассказывал о принципах вязания приемов, о переходах от одного движения к другому: от болевого на удушающий, рассказывал о переходах при выполнении болевых на разные суставы. Мы много проводим семинаров в мире, часто бываем на Украине, в России, показываем новую технику, большинство бойцов уже давно занимаются джиу-джитсу и им интересно глубже познакомиться с приемами, увидеть их изюминку, обратить внимание на разницу выполнения их различными мастерами.

**Ваши пожелания?**

Хотелось бы, чтобы джиу-джитсу развивалось, привлекало хороших людей, и мужчин, и женщин. Пусть они занимаются джиу-джитсу, потому что это не опасный, а благородный спорт, улучшающий состояние здоровья. Он укрепляет человека физически, обучает принципам, которым людям приходится пользоваться в жизни, в бизнесе, в семье. Джиу-джитсу делает человека внутренне сильнее. Для занятий подходит любой возраст, но даже если люди уже пожилые, пусть приходят посмотреть на своих детей, занимающихся джиу-джитсу. Наше будущее — это наши дети, и чем раньше они займутся спортом, тем лучше, ведь, как говорили старые мастера: «Через практику мы очищаемся».



Кретов А.В.

**Кретов Александр Викторович, 4 дан джиу-джитсу бушинкан, 4 дан джиу-джитсу мотохая ё шинрю, аттестовался в Японии, имеет другие звания по джиу-джитсу, айки-джитсу, каратэ. Занимается боевыми искусствами с десяти лет, преподаватель-**

**ского стажа более десяти лет, преподаю в Киеве джиу-джитсу уже около 2 лет. «Учитель мой — Евгений Анатольевич Радишевский».**

В прошлом году я выиграл чемпионат мира в Японии. В 2001 году занял 2 место в Барселоне по борьбе джиу-джитсу, езжу, выступаю, но стараюсь, чтобы все-таки выступали мои ребята, сам же если и выступаю, то только на серьезных турнирах. Среди учеников многие имеют черные пояса. Мои ученики занимались у Алексея Кунина после того, как переехали в Америку, понравились ему. Работал в спецподразделениях, преподавал джиу-джитсу для работников спецподразделений, милиции, сотрудников МВД в центре боевой подготовки Донецкой области. У нас сейчас довольно крупная федерация бушинкан, объединяющая много стран: Молдову, Беларусь, Израиль и другие. Часто приглашают проводить семинары. Являюсь консультантом по боевым искусствам в Полтавском институте Бизнеса, что необходимо для выпускников, которые будут работать в сфере безопасности бизнеса.

**У Вас есть какая-либо излюбленная техника ведения поединка?**

Лично я стараюсь работать в зависимости от ситуации, потому что бывают ребята разносторонние. Например, если у невысокого бойца низко посажен центр тяжести, с ним тяжело бороться низкими бросками, такими, как бросок через бедро. Предпочтение я не отдаю ничему, ни партеру, ни стойке, это связано с тем что за время занятий у меня было множество травм, мне все равно как работать: на левую, на правую сторону, я это делаю одинаково с двух ног и с двух рук, бью все удары руками, ногами, прыжковые. То же с бросками. Этому же я стараюсь учить и своих учеников, они должны ориентироваться по ситуации. Прежде всего это связано с физиологией и необходимо для компенсации одностороннего развития. И все же у меня есть излюбленная техника — работа ногами. Она характерна для многих, кто начинал в шестидесятые годы с шотокан каратэ, и не подсечки, а именно удары, особенно мавашу передней ногой. Как правило, он всегда неожиданный для противника, поэтому удаются нокаутирующие удары и в голову, и в корпус. Это моя коронка. Особенно они удаются когда человек увлекается атакой, стараясь наносить удары руками. Эту технику многие мои ученики начинают перенимать.

**Почему Вы остановили свой выбор именно на джиу-джитсу?**

В нем есть традиция школы, которая приучает к порядку, воспитывая бойцовский дух и очень большой арсенал техники, фактически безграничный.



1



2



3



4

Серии ударов, наносимых по разным уровням ногами и руками, позволяют достичь успеха. Они тревожат соперника, создают у него чувство неуверенности, даже если сразу не приводят к победе. Повторение их, позволяет сделать правильный захват для успешного проведения броска, в приведенном эпизоде — бокового подбива с падением, в основе которого лежит умение правильно вывести соперника из равновесия.



И в тоже время наносящий удары боец очень часто рискует оказаться в захвате, за которым последует эффективный бросок. Боец в белом кимоно проводит прямой удар левой ногой в корпус. Соперник останавливает его захватом ударной ноги и проводит бросок.

## Могли бы Вы сравнить уровень Японского и Европейского джиу-джитсу?

Должен сказать, что для оценки джиу-джитсу, понимания его духа, нужно побывать в Японии. Большинство учителей, включая меня, основное внимание уделяют технической стороне джиу-джитсу, а ведь оно изначально подразумевает гармоничное развитие самого человека и основное внимание должно уделяться духовной силе, а уж потом физической. В Японии другие подходы к обучению. Основная цель занятий — гармоничное развитие человека. Никогда Вас не будут обучать новой технике, если не удастся освоить предыдущую. Это нужно для внутренней гармонии. Если она достигается, можно говорить об обучении технике. Если же присутствует дисбаланс, то никакая техника не будет усваиваться.

## А что можно сказать о популярности джиу-джитсу в Японии и в Европе?

Думаю, что в Европе это единоборство более популярно, ведь многие учителя уехали из Японии. Там предпочтение отдают дзюдо, айкидо, кендо. В Японии больше знают дзюдо, сумо. В Европе, в разных странах, на джиу-джитсу наложили свой темперамент и это уже не джиу-джитсу, а какие-то разновидности борьбы, с большим количеством техник. Произошел отход от принципов джиу-джитсу, основным из которых является мягкость. Недостаточное знание принципов привело к тому, что очень большое внимание стало уделяться физической подготовке, которая без сомнения нужна, но не может подменить знание принципов. Ведь джиу-джитсу — это бой самурая без оружия, голыми руками. В спорте существуют этапы подготовки к соревнованиям, когда спортсмена подводят к лучшей спортивной форме педагогическими приемами с использованием макро-, микроциклов в тренировке, а джиу-джитсу подразумевает, что боец должен быть готов к единоборству в любой момент времени, все 24 часа в сутки. Джиу-джитсу — это не полтора часа, отводимых на занятия, — это 24 часа готовности к преодолению проблем. Поддаться, чтобы победить, основная формула джиу-джитсу, должна применяться не только на соревнованиях, а в жизни, причем во всем — в работе, в бизнесе, при общении. Ведь в конфликтных ситуациях можно идти на столкновение, доказывая кто сильнее, а можно обыграть ситуацию, и сделав шаг назад решить проблему более рациональным и менее затратным способом. Кроме того, не нужно забывать, что джиу-джитсу изначально создавалось на случай войны и на сегодня стоит на вооружении силовых ведомств различных стран мира. Не всегда работнику охранной структуры

можно ударить человека, часто его нужно просто остановить, не нанося повреждений. В джиу-джитсу есть приемы и для силовых структур, и для спецподразделений, и для штурмов. Это позволяет использовать его во многих жизненных конфликтных ситуациях.

## Как Вы считаете, стоит ли джиу-джитсу переводить на зрелищность, как это сделали с боксом, кик-боксом?

Джиу-джитсу нужно популяризировать, но ведь все-таки занятия этим видом единоборств подразумевает развитие гармоничной личности, а если говорить о спортивных мероприятиях, то можно обратить внимание на то, что на определенном этапе жизни Дзигаро Кано, убрав из джиу-джитсу опасные приемы, создал дзюдо. В странах же СНГ мы имеем не то дзюдо, что в Японии. Это хороший вид борьбы, но это все-таки борьба. В ней много технических действий, но нет традиции, понимаемой в Японском смысле, где знания передавались от ученика к учителю. Кроме того, чтобы стать олимпийским видом спорта борьба должна чем-то пожертвовать, ведь если на таких крупных соревнованиях будут большие травмы, это будет противоречить принципам спорта, принципам олимпийского движения, которое подразумевает гуманность. Лишив же единоборство каких-то техник, сразу потеряется его смысл как боевого искусства. Возможен другой путь — ввести боевые искусства в образовательную подготовку, в школы, в институты, как это сделано в Японии. Здесь дзюдо, каратэ используются на начальных этапах подготовки. Они позволяют ощутить движения, развить координацию для таких видов единоборств, как кендо (работа с оружием), айкидо и джиу-джитсу. Но с другой стороны можно все таки подойти дифференцированно к интересам занимающихся. Для тех, у кого много энергии, кто хочет изучать ударную технику, можно использовать такой раздел как иригуми дзю, в котором есть удары руками, ногами, всевозможные броски. Для более взрослых, или для людей, которые были травмированы, возможны соревнования по греблингу, или рандори, в которых правилами запрещается наносить удары, но разрешены болевые приемы и броски. Такая техника более мягкая. Кроме того, и для женщин и для мужчин есть такой раздел, как эмбу — показательные выступления, где на базе каких-либо технических действий составляется комплекс, который нужно максимально зрелищно показать. Учитывается при оценках реальность исполнения, четкость контроля. По этому разделу проводятся официальные соревнования, которые доступны

практически всем возрастам. Люди могут видеть свои достижения.

**Вы считаете, что все-таки основная тенденция дальнейшего развития джиу-джитсу будет связана с прикладными аспектами?**

Да, иначе многим из технического арсенала придется пожертвовать.

**Как Вы считаете, бои без правил имеют будущее или все же останутся традиционные виды спортивных соревнований с их ограничениями, наложенными на технические действия?**

Я много проехал по Европе и мне кажется, что не многие люди хотят драться. В основном на соревнованиях по боям без правил участвуют люди из глубинки, которые таким образом зарабатывают капитал. Финансово обеспеченные люди приходят в залы заниматься для своего здоровья и для того, чтобы почувствовать возможность как-то защитить себя. К тому же, и большой бокс, и файтинг — это хорошо организованные шоу. Да опять-таки — это уход от традиций боевых искусств.

Многие новички, которые приходят ко мне заниматься задают вопрос: «что лучше: бокс, каратэ, дзюдо?», на что я им советую просто хорошо подумать о том, чего они хотят от единоборства? Нет плохих видов боевых искусств. Но нужно точно знать, зачем приходишь на занятия, найти себя, чтобы тренировки гармонировали с жизнью в социуме. Только в таком случае занимающийся не будет пытаться испытывать технику на улице, никогда не пойдет на преступление, никогда никого не обидит.

**Черкасов Дмитрий Леонидович, вице-президент рукопашного боя «Лотос», Гомель, Беларусь, 3 дан джиу-джитсу, 3 дан дзюдо, кандидат в мастера спорта по самбо.**



Черкасов Д.Л.

**Как Вы оцениваете выступление своей команды?**

Достаточно высоко. Наша команда завоевала 2 серебряных медали, а для команды из 3 человек — это очень неплохой результат.

**В джиу-джитсу Вы пришли сознательно?**

Да, я занимаюсь более 13 лет, кроме того, являюсь тренером по дзюдо.

**Есть ли у Вас предпочтения между дзюдо или джиу-джитсу?**

Да, я предпочитаю работать по джиу-джитсу, но для детей, особенно для маленьких, базовую технику нужно ставить, начиная с дзюдо, ведь оно имеет те же корни и достаточно хорошо подготавливает детей к освоению техники джиу-джитсу.

**Как Вы оцениваете уровень джиу-джитсу в Беларуси, в Украине?**

Возможности в Украине, по-моему, несколько шире, здесь более гибкое демократическое законодательство, тем не менее, у нас существует много секций, а уровень мастерства различный. К сожалению, в последнее время соревнования в Беларуси не проводятся, но мы ездим на турниры по дзюдо, по джиу-джитсу. В дальнейшем планируем развивать джиу-джитсу. Сейчас в России проводится работа о признании боевого джиу-джитсу видом спорта. Оно должно войти в реестр спортивных боевых единоборств. То же самое мы планируем делать в Беларуси, точно также, как это планируется на Украине. Хочу отметить высокий уровень украинского джиу-джитсу, хотя еще есть над чем работать.

**Как Вы относитесь к тому, что джиу-джитсу занимаются девушки?**

В наше время девушкам нужно знать приемы самозащиты, а вот на какой базе они будут построены: джиу-джитсу, каратэ, дзюдо, самбо — не существенно, важно лишь то, что занимаясь человек сможет себя защитить. Если система реально работает — это позволяет ей заниматься. Сейчас мы составляем календарь соревнований, что поможет более оперативно реагировать на предложения об участиях в турнирах, как в Беларуси, так и за ее пределами, хотя существуют определенные трудности, чаще всего связанные со сложностями оформления выездных виз, с недостаточным финансированием. К сожалению, мы не на госбюджете и не представляем олимпийского вида спорта.

**Пожелания для читателей.**

Нужно тренироваться и вести здоровый образ жизни, и это не значит, что когда-то придется с кем-то обязательно драться, просто это придаст Вам уверенности в себе.



В том случае, если соперники сближаются на дистанцию захвата, поединок переходит в стадию борьбы и тогда, хороший бросок — зацеп изнутри решает исход схватки.

**Беседовал Олег Дёмин**

**Фото Олег Вайс, Светлана Дёмина**

# БОЕВЫЕ ИСКУССТВА

КЛЮЧИ К СОВЕРШЕНСТВУ

Февраль 2007

## Главный редактор

Дмитрий Дёмин

## Редакционная коллегия

Олег Дёмин, Дмитрий Новиков, Богдан Семененко

## Дизайн и вёрстка

Павел Евсеев, Аркадий Шраер

В подготовке номера также принимали участие:  
Олег Вайс, Светлана Дёмина, Евгения Куксинова,  
Елена Фулей

Редакция благодарит всех спортсменов, участвующих в подготовке номера.

Отдельная благодарность:

Бочкареву С.В., Кийко М.Н., Марабяну А.В., Мисевре С.Е., Олейнику А.А., Петренко А.В., Стрижиченко К.А., Субботину А.В., Филипскому А.В., Шипинскому В.С.

## Учредитель и издатель

ЧП «Технологический Центр»

## Адрес редакции

61052, Украина, г. Харьков, а/я 309

Телефон/факс: +38 (057) 730-32-92

Сайт: [www.martial-arts.com.ua](http://www.martial-arts.com.ua)

Электронная почта: [martial.magazine@gmail.com](mailto:martial.magazine@gmail.com)

Свидетельство о государственной регистрации печатного средства массовой информации:  
серия КВ №11658-529Р от 18.08.2006

Все права защищены.

Название и концепция журнала является интеллектуальной собственностью Учредителя.

Перепечатка или любое воспроизведение материалов из журнала возможно только с письменного

разрешения редакции.

Ссылка на журнал обязательна.

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов.

Переписка с читателями ведется только на страницах журнала. Рукописи и фотоснимки не рецензируются и не возвращаются. Редакция оставляет за собой право редактировать и сокращать материалы. Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов публикаций.

Редакция не несет ответственности ни при каких случаях любых физических травм или других повреждений, которые могут быть результатом изучения и/или применения приведенных здесь инструкций.

Редакция журнала рекомендует осваивать боевые искусства под руководством квалифицированных специалистов.

Редакция приглашает к сотрудничеству в подготовке материалов и распространении журнала заинтересованные организации и частных лиц.

Политика нашего издания — дать равные возможности всем без исключения Федерациям боевых искусств и спортклубов заявить о себе, своих достижениях и донести до многотысячной аудитории читателей достоверную, полную, объективную и интересную информацию о культивируемых в них боевых искусствах, их истории и традициях, школах и стилях, о лучших мастерах и т.д.

На постоянной основе принимаются материалы для опубликования

Для наиболее точного и объективного освещения в журнале материалов о Вашей Федерации, Вы можете предоставить нашим Представителям имеющуюся у Вас информацию (фото и видеоматериалы соревнований, турниров, демонстрационных выступлений бойцов Федерации, фотографии лучших Мастеров и информацию о них и т.д.)

Печать: ИПК Друкарня Шульца, г. Харьков

Тираж 10 000 экземпляров.

## Приобрести журнал можно:

- купив в рознице в любом отделении УкрПочты или в пунктах продажи прессы;
- по подписке через УкрПочту, подписной **индекс 96207**;
- по подписке через подписные агентства:

Киев:

ПА "Саммит", ул. Рыбальская, 2, тел. (044) 254-50-50, 280-77-45, 280-70-49

ООО "Фирма"Периодика", ул. М.Житомирская, 11. оф. 2, тел. (044) 228-00-24, 278-61-65

Всеукраинское подписное агентство, ул. Павловская, 29, тел. (044) 502-02-22

ПП "ПрессЦентр", бул. Дружбы Народов, 28, тел. (044) 536-11-75, 536-11-80

ПА "KSS", ул. М.Коцюбинского 9, оф.21, тел. (044) 270-62-20

Донецк:

ООО "НПП"Идея", г. Донецк, а/я 3592, тел. (062) 381-09-32, 304-20-22

Днепропетровск:

ООО "Меркурий", тел. (056) 744-74-22, 721-93-93

Чернигов, Славутич:

ООО фирма "Визард", тел/факс: тел. (0462) 65-33-65, 651-381

Харьков:

Всеукраинское подписное агентство, тел. (057) 716-46-87

АТЗТ "Саммит-Харьков", ул. Мироносицкая, 86, тел. (057) 714-22-60, 714-22-61

# Новости

спортивной жизни Украины

## Тайский бокс



## Тайский бокс

23 февраля 2007 года во Дворце Спорта "Локомотив" имени Г. Кирпы (Харьков) состоится второй международный турнир по тайскому боксу "Звёздный ринг".

# Новости

спортивной жизни Украины

Бои без правил полный контакт  
Сборная Украины против  
сборной мира



при поддержке



Салтовский мясокомбинат

## СК Локомотив 25 февраля

Каждому купившему билет  
журнал в подарок!

## в 19<sup>00</sup>

**телефон для справок 755-80-50**

25 февраля 2007 года во Дворце Спорта "Локомотив" имени Г. Кирпы (Харьков) состоится международный турнир "Сборная Мира— Сборная Украины" по боям без правил "PRIDE". В боях примут участие лучшие спортсмены из Украины, России, Литвы, Грузии, Сирии, Ирана, Армении, Белоруси.