

БОЕВЫЕ ИСКУССТВА

КЛЮЧИ К СОВЕРШЕНСТВУ

2007

май

(№5)

БОЕВОЕ МНОГОБОРЬЕ
первый Чемпионат Мира

КИКБОКСИНГ
Чемпионат СНГ и стран Балтии

САМООБОРОНА
освобождение от захватов



НАБИВКА

подготовка бойцов в кунг-фу и муэй тай

ПАРАШЮТНЫЕ ПРЫЖКИ

**Всех, кто желает новых
ощущений,
кто хочет поверить в себя
и в свои силы,
кто хочет окунуться
в новый интересный
и увлекательный мир,—
ВАС ЖДЕТ НЕБО,
ОТКРЫТОЕ ДЛЯ ВСЕХ**



Прыжки совершаются:

с самолетов АН-2, Л-402

с вертолетов Ми-2, Ми-8

Запись на занятия производится:

Понедельник, среда, пятница.

С 17.00 до 19.00

Справки по телефону: 8(067) 902-72-94

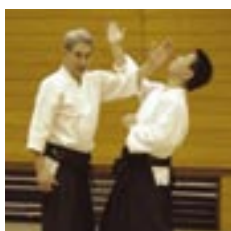
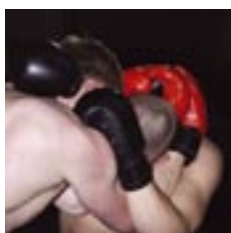
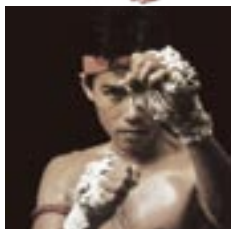
По адресу: г. Харьков, Бульвар Юрьева,
дом 3/1, 1-й подъезд

«Военно-спортивная школа»



БОЕВЫЕ ИСКУССТВА

КЛЮЧИ К СОВЕРШЕНСТВУ



- 4** Стили традиционного Муай Тай
- 8** «Последний», Г.Л. Олди
- 10** Набивка в Муэй Тай
- 12** Тактики и стратегии
- 14** Нисио Будо: новый взгляд на оружие
- 17** Самооборона
- 19** Освобождение от захватов
- 23** Фестиваль капоэйры
- 28** Тайцзитуйшоу. История? Современность!
- 32** Чемпионат по Киокушин-кан каратэ среди детей
- 34** Военно-прикладные виды спорта
- 38** Боевое многоборье
- 40** «Глазами девушки с ножом...»
- 41** «Бойцовский клуб»
- 45** «Вес тренерского слова — преимущество, которое всегда с тобой»
Эксклюзивное интервью с Ришатом Салимовичем Саяповым
- 48** «Как это делается в Харькове»
Интервью с Владимиром Радионовым
- 50** VII Международный турнир на призы братьев Кличко
- 52** «Сага о берсерке»
- 54** «Железная рубаша» воина кунг-фу

Стили традиционного Муай Тай



Что такое Муай Тай? В наше время ответ на этот вопрос может дать практически каждый человек, в той или иной степени пересекающийся на своём жизненном пути с боевыми искусствами Востока. Многие скажут, что это современный вид спорта, единоборство, где помимо обычных ударов руками и ногами дерутся локтями и коленями. А вот некоторые единицы ответят, что Муай Тай это не просто «вид спорта», а боевое искусство, великое культурное наследие Сиамского Королевства.

В большинстве своём, всё то, что преподают в странах СНГ под соусом «Муай Тай» — лишь спортивный аналог традиционного тайландского бокса. Часто можно столкнуться с ситуацией, когда на вопрос: «Чем занимаешься?», можно услышать ответ: «Тайским!». А когда следует вопрос: «А каким именно стилем?», реакцией часто является расширение глаз и дикое удивление. «Ну тайским, говорю же! Это и есть стиль такой — Муай Тай». Вот-вот, а такой ответ совсем далёк от истины.

В самом Таиланде существует множество стилей традиционного Муай Тай. Вот далеко неполный список: муай чайя, муай корат, муай та сао, муай лопбури, муай боран, муай маа янг, паак кланг. Ситуация такова: «тайский бокс», или «Муай Тай», который всюду преподают, — это нечто родственное по политике с китайским спортивным ушу. То есть, существует традиция и существует спорт. Почти весь Муай Тай, практикуемый в странах СНГ — это, так называемый, спортивный евро-тайбоксинг, соревновательный вариант Муай Киеу («щегольской бой», Muay Kieu). Смесь кикбоксинга и спортивного Муай Тай, заваренная из политических соображений множества федераций, дабы наконец-то соединить два самых популярных коммерческих вида спорта. В евро-тайбоксинге отсутствует Рам Муай (церемония ритуального танца) и Вай Кру (музыка, сопровождающая поединки). Однако, существуют некоторые клубы Муай Тай, которые поддерживают связи с Таиландом. Они довольно неплохо развивают не только спорт, но и традицию. К сожалению, таких клубов очень мало и мало людей, придерживающихся солидарных с ними взглядов по отношению к развитию традиционного Муай Тай в СНГ.

В традиционном Муай Тай насчитывается от ста восьми до ста двадцати восьми приёмов. В современном спортивном варианте — не более тридцати.

Обучение в школах традиционного тайского бокса начинается с изучения техники локтей и коленей, а не с ударов кулаком и стопой, как в спортивном аналоге. Методика основывается на схеме «четыре на четыре», то есть четыре удара локтем — четыре защиты, четыре удара коленом — четыре блока. Спустя определённое время ученик переходит к изучению техники ударов кулаком и стопой, по той же системе «четыре на четыре». В результате правильного обучения адепт традиционного Муай Тай в бою становится будто мельница. Попадая под такую атаку, противник невольно начинает думать, что у его соперника восемь рук и восемь ног.

Итак, проанализировав ситуацию, мы приходим к выводам, что в наши дни активно развивается спортивное направление тайского бокса, распространяясь по всему миру и покоря сердца молодых адептов боевых искусств, а традиция живёт своей отдельной тихой, мирной жизнью, практически не покидая территории Таиланда.

Я хотел бы познакомить читателей с некоторыми наиболее популярными стилями традиционного тайского бокса и дать каждому краткую, но по возможности, информативную характеристику.

Начнём знакомство с Муай Чайя.

Муай Чайя — это древнейший стиль Муай Тай. Исторические записи свидетельствуют, что этому искусству, по меньшей мере, 200 лет, но всё же полагают, что чайя основан и развивался от самого начала становления Сиамского Королевства (Таиланд), на протяжении нескольких тысяч лет.

Искусство Чайя наиболее процветало во времена существования Муай Кэд Чок (бои с перевязанными конопляной нитью кулаками), где противникам было позволено применять любую тех-

нику, которую они считали подходящей для победы. В дополнение к Муай Чайя, другими выдающимися стилями древнего Муай Тай были: Муай Коран (северо-восточный стиль), Муай Та Сао (северный) и Муай Лопбури (центральный) — каждый представлял собой всё самое лучшее из соответствующего региона страны. Соответственно названию «Чайя» (провинция на юге Таиланда), многие принимают это искусство за южный стиль тайландского бокса, но в действительности — Муай Чайя был основан на территории королевских пределов и был принесен на Юг воином, генералом, в последствии принявшем монашество, по имени Тан По Ма. Таким образом, можно чётко заключить, что Муай Чайя фактически стиль тайландского бокса, использовавшийся элитными генералами и воинами, приближенными к королевской семье.

В техническом же плане Чайя отличается от современного Муай Тай очень разнообразной ударной техникой. Имеется множество ударов руками, с разными положениями кисти (кулак, ладонь, пальцы) и огромный арсенал ударов ногами, плюс удары ногами в прыжке, с разворота, в прыжке с разворота, удары ногами в падении, в кувырках. И конечно же, неимоверное количество техник локтей и коленей. Также в арсенал входит система воздействия на болевые точки и суставы человека, имеющая схожую технику с китайским искусством циньна.

Следующий стиль — Муай Боран.

Муай Тай Боран является предшественником современного Муай Тай, а само слово Боран означает древний. Этот стиль Муай Тай был разработан тысячи лет назад, но первооснова, от которой ведёт своё происхождение этот стиль, остаётся неизвестной. Муай Боран был создан как система самозащиты от бирманских оккупантов. Это древнее боевое искусство сочетает в себе много техник из различных древних племенных стилей из разных областей Сиам. Муай Боран включает в себя не только ударную технику, а и технику захватов, бросков, силовых удержаний, душающих приёмов и технику воздействия на болевые точки. Основной задачей этого искусства является развитие навыков по борьбе с вооруженным противником. Бойцы Муай Боран могли продолжать поединок во время войны даже лишившись своего оружия.

Древние тайские воины, практикующие это искусство, были буддистами. Весьма значительную часть в их тренировочном процессе занимала медитация и подготовка к духовному церемониальному ритуалу, называемому «Рам» (Ram). Этот ритуал означал высшую форму концентрации разума и выражал, таким образом, дань уважения богам и духам предков всех воинов. По-

мимо использования Муай Боран в войнах, эта система существовала также как методика силовой подготовки и как соревновательный вид единоборства.

В начале двадцатых годов прошлого столетия правительство Таиланда ввело запрет на большинство техник и традиций Муай Боран. Такие правила и ограничения были введены в соревнования по Муай Тай с целью уберечь здоровье бойцов во время поединков. Именно в это время стал зарождаться спортивный Муай Тай. Соревнования стали проводиться в боксерских перчатках и всё больше стали походить на кикбоксинг. Этот соревновательный вид единоборства постепенно стал национальным видом спорта Таиланда. С тех пор, как зародился спортивный Муай Тай, многие древние стили, которые серьёзно преподавались и изучались, были забыты. Сейчас в живых осталось буквально несколько мастеров традиционного Муай Боран, которые и в наши дни обучают этому искусству. На сегодняшний день фанатами и поклонниками Муай Тай в Таиланде принимаются активные меры по восстановлению и сохранению традиции Муай Боран, которые не позволят утратить наследие этого древнего боевого искусства.

Следующий стиль, с которым мы познакомимся — Муай Маа Янг.

Муай Маа Янг — это малоизвестный южный стиль Муай Тай. Название «Маа Янг» в переводе с тайского означает «Шаг лошади». Мастера, основавшего этот стиль, звали Круу Тэнки (Kruu Tankee).

Классическая боевая позиция в этом стиле такова, что боец держит ногу в оборонительном положении, приподнимая её. Одноимённая рука находится близко к корпусу, защищая бок. Другая рука находится перед лицом, тоже в защитной позиции.

Круу Тэнки был хорошо известен благодаря своей жестокости во время поединков и поэтому не пользовался популярностью как учитель.

Одна из легенд гласит, что во время одного из поединков Круу Тэнки вырвал глаз своему противнику Круу Нори (Kruu Noree), представителю стиля Муай Чайя, который разбил Круу Тэнки лоб ударом ногой в прыжке. Круу Нори продолжал бой даже после потери глаза, но позже умер от кровоизлияния, связанного с полученным ранением.

Паак Есан (Восточный стиль Муай Тай также известный, как Муай Корат)

Муай Корат назван в честь места, где он был основан, а именно города На Корат Рачазима (Na Khorat Rachasima), находящегося в центре Таиланда, ближе к востоку. Стиль Муай Корат стал известен народу во времена правления короля Рамы IV. Но вполне вероятно, что жители Кората изучали этот стиль ещё тысячи лет назад.

Правитель города На Корат Рачазима Фра Гемсамахан (Phra Hemsamahan) был, насколько известно истории, носителем традиции стиля Муай Корат.

Фра Гемсамахан обучил этому стилю Дэнга Тайпрасерта (Deng Thairasert), который стал первым бойцом, продемонстрировавшим стиль Муай Корат королю Таиланда и выигравшим турнир, став обладателем титула «Муан Чангат Чернг Чок» (Muan Changat Cherng Chok), который означал «Королевский чемпион».

Другим адептом этого боевого искусства, который обучался у Фра Гемсамахана был Круу Буа Ватим (Kruu Bua Wathim). Это был настоящий мастер стиля Муай Корат. Круу Буа стал военным и учил курсантов в армии Таиланда всю свою жизнь. Его настоящим именем было Круу Буа Нинарча (Kruu Bua Ninarcha), что в переводе означает «Тёмная лошадка».

Полагают, что Муай Корат является восточным стилем Муай Тай. Стойка в Муай Корат совершенно отличается от других стилей Муай Тай. Боевая позиция довольно высокая и компактная. Ноги расположены практически на одной линии и обе направлены вперёд. Руки расположены одна напротив другой и обе находят-





ся на одной линии перед носом. Передняя (опорная) нога распрямлена, колено закрыто. Задняя нога тоже прямая, натянутая и готова нанести восходящий удар, либо, используя работу стоп, изменить положение по отношению к противнику во время боя. Пятка задней ноги оторвана и не касается земли. Центр тяжести приходится на переднюю ногу. Голова расположена прямо над передней ногой. Корпус чуть наклонён вперёд.

При ударах ногами и руками в Муай Корат бьющая конечность максимально распрямляется. Удары ногами выполняются по восходящей дуге, немного сгибаясь, чтобы достать до шеи или головы противника.

В этом стиле предпочтение отдается работе на опережение и атакам, включающим в себя одновременно и блок и удар, а так же уклонам от ударов путём смещения с линии атаки. Редки случаи, когда в Муай Корат занимающихся учат сначала блокировать, а затем наносить удар. Стиль работы ногами используемый в Корат называется «Суа Янг» (Suua Yang), что в переводе означает «Шаг тигра». Такая техника является довольно осторожной. Наиболее мощным оружием Муай Корат является техника под названием «Вианг Куай» (Viang Kwai), в переводе с тайского — «Размах буйвола». Эта техника выполняется после удара ногой первыми костяшками кулака для атаки противника в область позади уха. Другая известная техника атаки называется «Таа Крут» (Taa Krut), применяемая в контратаках. Она заключается в одновременном нанесении двух ударов. Например, колено плюс локоть.

В древние времена адепты стиля Муай Корат следовали канонам буддистского учения «Син Хаа» (Sin Haa), пяти наставлений. Медитация была очень важной частью тренировочного процесса, так же как и выражение глубокого уважения к старшим и золотое правило: никогда не сражаться против других бойцов Муай Корат.

Паак Кланг (Центральный стиль Муай Тай, также известный как Бангкокский стиль)

Муай Паак Кланг — бангкокский, или как его ещё называют «центральный» стиль. Возможно даже, что Муай Лопбури в своё время был частью Паак Кланга. Известным мастером этого популярного стиля был Аджарн Кимсаинг (Ajarn Kimsaing, аджарн переводится как «учитель»), который был родом из города Аю-

тая. Аджарн Кимсаинг изучал Муай Аютая у мастера Круу Киао (Kruu Kiao). Затем он переехал в Бангкок для обучения международному боксу и Муай Паак Кланг вместе с «Луанг Витсам Дарункон» (Luang Vitsam Darunkon). Аджарн Кимсаинг был последним учителем очень известного мастера стиля Муай Чайя — Аджарна Киета Сриуафайя (Ajarn Kiet Sriyaphai).

Стойка в Муай Паак Кланг не широкая. Руки держатся низко, а кулаки сжаты и развёрнуты так, что центр ладони направлен вверх. Обе руки находятся на одной высоте, параллельны друг другу и направлены вперёд. Левая рука держится немного впереди при левосторонней стойке, и наоборот, правая чуть впереди при правосторонней.

Иногда передняя нога приподымается от земли и выходит немного вперёд, но всегда направлена в сторону противника. Работа ног в Муай Паак Кланг очень интересна. Во время того, как боец делает шаг, его ноги становятся вместе, а руки поднимаются напротив лица боксёра в высокую оборонительную позицию. Затем, когда боец опять делает шаг вперёд наружу и ноги уже не находятся рядом, а расположены в первоначальной боевой позиции, руки, в свою очередь, снова опускаются.

Этот стиль иногда называют «Шаги призрака», так как бойцы Муай Паак Кланг двигаются настолько быстро и плавно, используя для этого незначительное усилие, что складывается впечатление, будто они могут находиться во время поединка сразу в нескольких местах одновременно.

Боксёры стиля Муай Паак Кланг обматывают свои руки для поединка до середины предплечья.

Паак Кланг — Муай Лопбури

Этот стиль зародился в Период Аютая, когда король Нарай (Narai) был на троне. В это время много иностранцев работало с Королём Таиланда, поэтому вероятно, что Аджарн (учитель) Муай Лопбури — Муун Мэн Мат (Ajarn Muun Men Mat) изучил смертоносные навыки боя именно у них.

Типичная для Муай Лопбури боевая стойка выглядит почти идентично стойке в европейском боксе, варианта 1900-х годов. Классическая прямая позиция с выставленными вперёд руками. Оба предплечья направлены вперёд. Базу этого стиля составляет техника нанесения очень точных и смертоносных ударов. Наиболее опасным оружием Муай Лопбури были апперкоты в адамово яблоко (кадык) противника и удары большим пальцем в глаза. Этот стиль называли самым искусным и хитрым стилем эпохи. Иногда боксёры могли даже симулировать травму, выжидая подходящий момент для атаки. Некоторые тайцы считают, что Муай Лопбури является частью стиля Муай Паак Кланг.

В Муай Лопбури руки бинтовались хлопковой верёвкой только наполовину, либо не бинтовались вообще.

К сожалению, традиция и техника этого стиля полностью забыты и утрачены сейчас. Первого Аджарна этого опасного стиля звали Муун Мэн Мат (Muun Men Mat), что в переводе означает — «Десять тысяч точных ударов рукой». Легенда гласит, что Аджарн Муун Мэн Мат не обучал тайцев своему искусству боя потому, что в одном из своих последних поединков он убил человека смертельным ударом. После этого случая он решил прекратить преподавание и оставшуюся часть жизни прожил в буддистском монастыре, помогая монахам. Эти события происходили в Период Аютая.

Паак Кланг — Муай Аютая

Мастера, основавшего этот стиль, звали Круу Киао (Kruu Kiao). В переводе его имя означает — «Зелёный учитель». Он был родом из города Аютая. Именно Круу Киао был наставником выдающегося мастера стиля Муай Паак Кланг — Аджарна Кимсаинга (Ajarn Kimsaing).

Одной из особенностей этого стиля является стойка бойца. Левое плечо приподнято вверх (в случае левосторонней стойки, при правосторонней — приподнято правое плечо) и находится

близко к подбородку, защищая лицо. В Муай Аютайя используются атаки с двумя одновременными ударами. Это может быть и одновременная связка рука-рука, рука-нога, локоть-локоть, локоть-колени, колени-колени, как одноимёнными, так и разноимёнными конечностями. Такая техника использовалась для эффективного противостояния другим стилям. Одной из основных техник против бойцов стиля Муай Чайя были: левый круговой удар ногой и резкий сильный и довольно короткий нисходящий кросс правой рукой.

Этот стиль Муай Тай был не слишком известен в Таиланде, но стал популярным, когда изучивший его мастер Муай Паак Кланг — Аджарн Кимсаинг переехал жить в Бангкок и стал преподавать Муай Аютайя жителям столицы.

Муай Уттарадит (Муай Та Сао)

Муай Та Сао — стиль Муай, который использовал в поединках мастер Фрайя Пичаи Дааб Хаак (Phraya Pichai Daab Haak) для достижения победы над своими противниками.

Боевая стойка в Муай Та Сао высокая. Центр тяжести приходится на заднюю ногу. Передняя нога едва касается земли. Это очень динамичный и скоростной стиль Муай Тай, в котором во время боя предпочтение отдаётся работе на дальней дистанции. Передняя рука в стойке находится далеко от лица, плечо этой же руки приподнято. Задняя рука опущена ниже и прикрывает кулаком нижнюю челюсть. Стойка в Муай Та Сао такова, что боксёр располагается по отношению к противнику почти боком, а ноги стоят одна перед другой.

Основная философия Муай Та Сао — прикончить противника как можно скорее. Атаки боксёра, представляющего данный стиль, взрывные и эффективные.

В городе под названием Уттарадит (Uttaradit) этот стиль живёт и в наши дни. Некоторые узкоспециализированные школы, преподающие Муай Та Сао, спрятаны на окраинах, но, не смотря на условия, тренировки проходят каждый день. Они не обучают иностранцев за исключением особых обстоятельств, и эти школы практически невозможно найти. Нет смысла даже пытаться попасть к ним без приглашения. Последователи Муай Та Сао очень

В самом Таиланде существует множество стилей традиционного Муай Тай. Вот далеко неполный список: муай чайя, муай корат, муай та сао, муай лопбури, муай боран, муай маанг, паак кланг.



В традиционном Муай Тай насчитывается от ста восьми до ста двадцати восьми приёмов. В современном спортивном варианте — не более тридцати.



строго и трепетно относятся к своей традиции, стараясь избежать лишнего распространения знаний и техники своего стиля.

Паак Нууа (Северный стиль Муай Тай, так же известный, как **Муай Лампанг** или **Муай Чианг Раи**)

В эпоху правления короля Рамы V королевство Ланна (Lanna), состоящее из большинства северных провинций, было объединено с королевством Сиам, став его неотъемлемой частью. Законы того времени запрещали практику боевых искусств на севере.

В то время как в Бангкоке людям было разрешено обучаться владению оружием, северяне (королевство Ланна) напротив — не имели права, в результате чего боевые искусства этих земель были забыты.

Представители стиля Муай Паак Нууа были известны тем, что обладали уникальными знаниями о жизненно важных точках на человеческом теле. В атаках боксёры Муай Лампанг часто использовали руки, будто клешни: захватывали и сильно надавливали на уязвимые части тела.

Сегодня в Таиланде, используя в качестве базы техники всех вышеперечисленных стилей, созданы новые современные стили Муай Тай: **Муай Чаиют** (Muay Chaiyut), **Муай Науарат** (Muay Nawarat) и **Муай Санга** (Muay Sangha). Например, последний стиль основан на синтезе Муай Чайя, Муай Корат, Муай Паак Кланг, Муай Лопбури, Краби-Крабонг (искусство работы с оружием), Муай Плам (техника захватов из разных стилей) и древних канонов буддизма.

И, тем не менее, даже все эти новые стили Муай Тай принципиально отличаются от спортивного евро-тайбоксинга. Отличаются наличием воспитания взаимоуважения друг к другу, моральных норм, этики, и традиции. ■

МАТЕРИАЛ ПОДГОТОВИЛ Александр Стрюк

ПОСЛЕДНИЙ

Г. Л. ОЛДИ

— Дзегай! — равнодушно сообщило табло.

Дзегай — значит, выход за татами. Покрытие пола за красной линией мгновенно вздыбилось, отрезая бойцу путь к отступлению, лишая возможности избежать боя... Он секунду помедлил, тяжело дыша, и вернулся на площадку.

— Хаджимэ! — привычно повышая голос, сказала табло. — Начинайте!

Речевой аппарат электронного рефери был традиционно настроен на старояпонский, но тысячи зрителей, беснующихся за защитными экранами, и миллионы зрителей перед визорами и сенсами прекрасно понимали любую команду. Необходимый перевод совершался автоматически. Мало кто знал сейчас старые языки... Слишком сложно, слишком неоднозначно, слишком много разных слов для обозначения одного и того же...

— Хаджимэ! — нетерпеливо повторило табло, и легкий электроимпульс хлестнул по спинам медлительных бойцов. Бой продолжился.

Красный пояс, высокий черноволосый юноша с тонкими чертами лица и хищным взглядом ласки, кружил вокруг соперника, отказываясь от сближения, и постреливал передней ногой высоко в воздух, не давая тому подойти, прижать к краю, вложиться в удар... Соперник, низкорослый крепыш в распахнутом кимоно со сползшим на бедра белым поясом, неуклонно лез вперед, набывшись и принимая хлесткие щелчки высокого на плечи и вскинутые вверх руки. Это грозило затянуться.

«Баловство, — подумал Бергман, машинально тасуя перед собой бумаги судьи-секретаря. — Глупое бестолковое баловство. Цирк».

Он остро почувствовал собственную ненужность. Вся судейская коллегия была лишь данью традиции, анахронизмом, аппендиксом, неспособным даже вмешаться в ход поединка и лишь покорно регистрировавшим решения электронного рефери. Бойцы помещались в пространство боя, и больше ни одному человеку не было хода за защитные экраны. Даже врач.

Бергман попытался ту же затянуть пояс, с недоумением уставился на выданный утром костюм-тройку и, вздохнув, стал следить за схваткой.

Белому поясу все же удалось прижать противника к краю и войти в серию. Высокий плохо держал удар, хотя поле, излучаемое форменным кимоно, анализировало каждое попадание и ослабляло любой удар, нанесенный с силой выше критической. На тренировках таким порогом служили травмоопасные движения, на соревнованиях рангом выше — угроза инвалидности... На международных турнирах класса «фулл контакт» ограничивались лишь смертельные попадания. Это был именно такой турнир.

Высокий попытался было уйти в сторону, споткнулся и, чудом удержавшись на ногах, выбросил левую ступню, целясь противнику в пах. В ту же секунду его одежда превратилась в бетонный панцирь, а из татами поползли липкие нити, охватившие лодыжки нарушителя. Увлечшийся крепыш уже налетал на парализованного партнера, но невидимый поводок натянулся и оттащил его к краю татами.



— Хансоку-чуй! — громко объявило табло. — Сикаку! Дисквалификация!..

И на нем появилось условное обозначение запрещенного приема.

Бергман встал из-за стола и медленно прошелся в узком пространстве между столами судейской коллегии и возвышением, где сидели спортсмены и представители команд.

«А на улице, наверное, снег сейчас идет, — думал Бергман. — Тихий, ласковый... Вот странно — вроде почти тропики, а снег... Климат, что ли, меняется? И города далеко... города...»

О городах вспоминать не хотелось. Бергман перевел взгляд на ровные ряды скамеек и подмигнул скуластому хмурому парню в черном халате. Это был его ученик. Хороший парень, и техника нормальная, и психика в порядке, а чемпионом ему не быть. Злости не хватает, холодной упрямой злости... Не научил, значит... не сумел...

Бергман повернулся и пошел обратно. На татами уже вызывалась следующая пара, когда он споткнулся о приставной стул и увидел сидящего в проходе пожилого — очень пожилого — полного человека в заношенной ветровке. Сначала Бергман не узнал его, а потом узнал и долго стоял молча, чувствуя себя мальчиком.

— Здравствуйте, Мияги-сан... — тихо сказал Бергман. И поклонился.

— Здравствуй, Оскар, — улыбнулся человек и неуверенно, даже робко огляделся по сторонам. — А я вот, как видишь... Пригласили, а регистрационный код выписать забыли. Ты же знаешь, я редко выезжаю... А тут думаю — поеду, неудобно... Приехал, а они мне говорят, что я умер. У них так в картотеке записано. С машиной не поспоришь... Умер — значит, умер. Уезжаю завтра...

— Как же так,— растерянно начал было Бергман,— Мияги-сан, вы им скажите, они же про вас только в книжках, да и то не все... вы же...

— Спасибо, Оскар,— снова улыбнулся человек.— Хорошее у тебя сердце... Зря ты тогда ушел от меня, Бергман-сан, чемпион, заслуженный тренер, 7-й дан Сериндзи-рю...

Он встал и легко поклонился Бергману. Сзади зашикали, и Мияги повернулся, извиняясь. Краем глаза Бергман видел, что на них уже смотрят из-за судейских столиков, и седой Ван Пэнь возбужденно шепчет на ухо толстому Вацлаву, бледнеющему и озирающемуся по сторонам.

В проход влетел разъяренный представитель команды, плюхнулся на стул Мияги и стал что-то громко доказывать судье-информатору. Бергман узнал его. Это был представитель Евразийской региональной сборной, куда входил высокий юноша, дисквалифицированный в прошлом поединке.

Мияги осторожно тронул его за плечо.

— Это мой стул,— сказал Мияги.— Но если вы хотите...

— Убирайся к дьяволу! — не оборачиваясь, заорал представитель.— Не видишь, люди делом заняты...

— Люди...— усмехнулся Мияги, и Бергман замер в предчувствии страшного.— Здесь машины делом заняты. А люди для них дерутся. Вещи следят, контролируют, стравливают, разводят — а люди дерутся...

Представитель начал оборачиваться, недобро щуря глаза.

— А что касается дьявола,— продолжал Мияги,— так я к нему уже убрался... Та же машина и отправила. С легкостью...

Звонкая пощечина разнеслась по залу. Мияги отшатнулся, хватаясь за щеку, и Бергман прыгнул вперед — но опоздал. Вся судейская коллегия была уже на ногах. Десяток рук вцепился в белого, как кимоно, представителя, кулак Вацлава уже завис над его головой, старый Ван Пэнь прорывался поближе, опрокидывая столики, а сбоку набегали, спешили Экозьянц, Ли Эйч, всклокоченный Эйхбаум...



Часть спортсменов Регионалки ринулась с возвышения на помощь своему представителю, и Бергман с ужасом подумал о том, что будет, если эти крепенькие самоуверенные мальчики... Он с интересом обнаружил, что успел сбросить пиджак и прикидывает расстояние между собой и ближайшим парнем, непозволительно выпятившим подбородок, а дряхлый сонный Ван уже запрыгивает на стол, сжимаясь в страшный воющий комок с дикими, тигриными глазами...

— Извините,— сказал Мияги, и все как-то сразу стихло.— Это я виноват. Я сейчас уйду, и все будет в порядке. Собственно говоря, я уже умер, так что вам не на кого обижаться...

Он прошел между застывшими людьми, неловко толкнул дверь левой рукой, и она захлопнулась за его выцветшей ветровкой.

— Я учился у него,— задумчиво сказал Бергман, глядя вслед ушедшему.

— Я учился у него,— повторил маленький Ли Эйч, поправляя бабочку.

— Я учился вместе с ним,— сказал Ван Пэнь, старея на глазах.

— Позвольте,— удивленно заметил приходящий в себя представитель команды.— Кто это был?

— Это был Гохэн Мияги,— ответил ему понурый Вацлав, с сожалением разглядывая свой кулак.

— Который? — попытался улыбнуться представитель.— Привидение?

— Который на III-х Играх в Малайзии убил Чжэн Фаня,— Бергман все искал на возвышении своего ученика, искал — и не мог найти...

— Как же, как же...— силился вспомнить представитель.— Писали в прессе... Защитное поле отказало, что ли...

— Не отказало,— Ван Пэнь слез со стола и пригладил остатки волос.— Просто Чжэн оскорбил учителя Мияги, покойного Эда Олди. Прямо на татами.

— Ну и что?

— Ничего. Дело в том, что Мияги пробил защитное поле. Ладонью. Руку после этого пришлось ампутировать. А Чжэн — умер.

...Когда Бергман выбежал на улицу — там шел снег. Мягкий, бережный, баюкающий снег, и в его пушистых хлопьях далеко впереди мелькала бегущая фигура юноши в черном шелковом халате с развевающимися лапками. Юноши, которого Бергман так и не смог научить злости. Вот он у поворота, вот он поскользывается, падает, снова вскакивает и скрывается за углом, что-то крича вслед...

Бергман вытер мокрое лицо, и тяжелая, как пропущенный удар, мысль вошла ему в голову: что, если там, за углом, так и не услышав утонувшего в снегу окрика, уходит последний?...
Совсем-совсем последний...■



1



2



3



4



5

НАБИВКА В МУЭЙ ТАЙ

МУЭЙ ТАЙ ПО ПРАВУ СЧИТАЕТСЯ ОДНИМ ИЗ САМЫХ ЖЕСТКИХ СПОРТИВНЫХ БОЕВЫХ ИСКУССТВ. УДАРЫ НАНОСЯТСЯ ВСЕМИ ЧАСТЯМИ ТЕЛА И ПРАКТИЧЕСКИ БЕЗ ОГРАНИЧЕНИЙ. ПОЭТОМУ ТРЕНИРОВКИ ТАЙБОКСЕРОВ ПРОХОДЯТ В ДОСТАТОЧНО ЖЕСТКОЙ И СУРОВОЙ МАНЕРЕ, И К СПОРТСМЕНАМ ПРЕДЪЯВЛЯЮТСЯ ОСОБЫЕ ТРЕБОВАНИЯ: ОНИ ДОЛЖНЫ УМЕТЬ КАК «ДЕРЖАТЬ», ТАК И НАНОСИТЬ СИЛЬНЫЕ УДАРЫ.

Умение «держать удар» некоторые умеют с рождения. Это связано с большой мышечной массой, крупными мышцами, пониженным «болевым порогом».

Редко кому удастся «держать» без последствий удары...

И чем подставляться под удары, безопаснее было бы уходить, но это, к большому сожалению, в силу разных обстоятельств, удастся не всегда. Поэтому необходимо готовить себя к тому, что некоторые удары пройдут через вашу защиту.

В тайском боксе существуют традиционные методы закаливания тела. В первую очередь необходимо набивать ноги, руки, корпус. Конечно, можно еще набивать голову, но нежелательно. Головой надо думать, и по возможности не подставлять ее под удары! Известно, что большинство приносящих победу нокаутов происходят именно при попадании в голову. Основная часть ударов поэтому и наносится именно в голову. И чем тратить время на набивку головы, лучше больше времени уделите элементам защиты.



6



7



8

Самое главное в набивке — это последовательность и регулярность. Если вы будете форсировать события, то, скорее всего, получите травму.

На фотографиях показана парная работа по набивке бедер, голени, корпуса, предплечий. Бойцы «набрасывают» удары поочередно. Каждое упражнение выполняется по две минуты. Удары наносятся с легким контактом, до ощущения легкой боли. Сильно бить своего партнера ни в коем случае нельзя. Это тренировка, а не бой.

Помимо набивки, эти упражнения:

1. Хорошо разогревают. Поэтому целесообразно использовать их в разминке.
2. Развивают технику ударов ногами, коленями, локтями, руками. Удары должны выполняться технически правильно.
3. Развивают у бойцов чувство дистанции.
4. Подготавливают бойцов психологически не бояться ударов.

Набивка бедер (фото 1,2).

Набивка корпуса (фото 3, 4, 5).

Набивка предплечий (фото 6, 7).

Набивка голени (фото 8).

Индивидуальная набивка

Так же в ходе тренировки, с целью повышения интенсивности, во время отдыха можно применять индивидуальную набивку: легкие похлопывания ладонью, кулаком или палкой. В таких случаях набивка должна начинаться с ног, затем — корпус и завершается руками (фото 9, 10, 11, 12).

Для укрепления голени очень хорошо применять хождение или прыжки по гимнастической скамейке. Также хороша накатка голени палкой. Предплечья накатываются аналогично голени (фото 13, 14, 15).

Что касается набивки рук, а именно кулаков: многие убеждены, стоит набить кулаки настолько, что ими можно раскалывать доски и безболезненно ударять по твердым предметам, как удары автоматически становятся чрезвычайно действенными. Так ли это?

Руки укреплять конечно можно и надо.

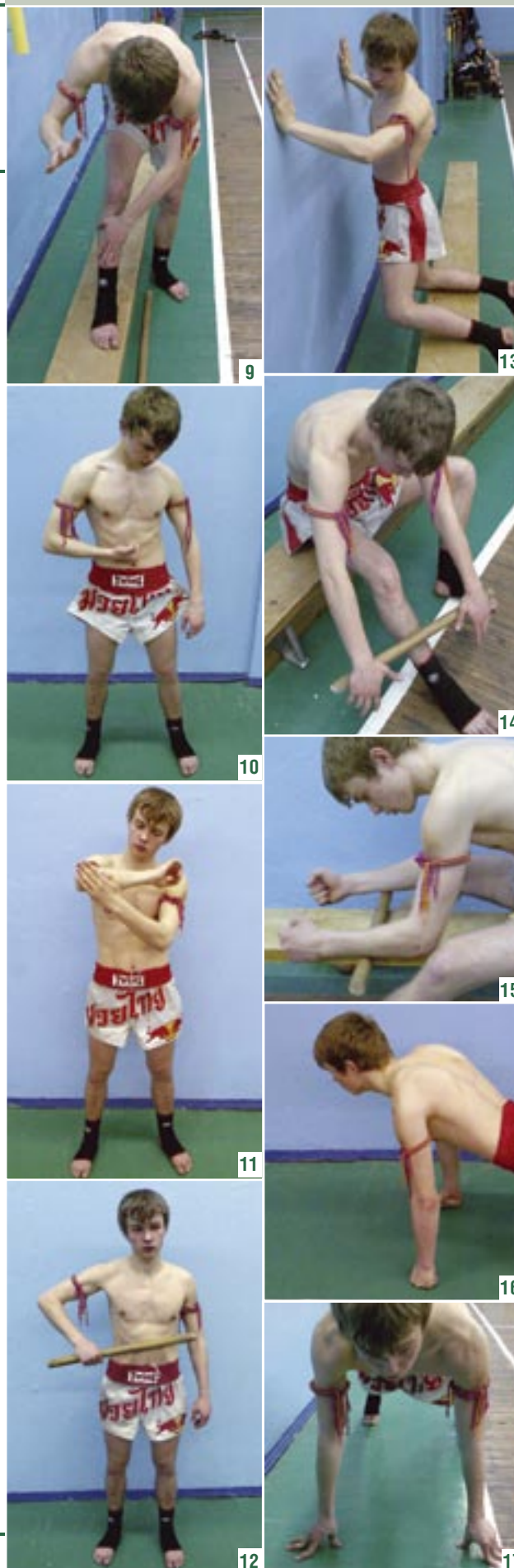
Делать это следует постепенно. Прекрасное упражнение — отжимание от пола на кулаках, пальцах, ладонях, тыльных сторонах кистей (фото 16, 17).

После того, как кожа начнет грубеть, можно начинать наносить удары по доске типа «макивара». Нельзя начинать с ударов по твердым предметам. Так можно травмировать руки. Если появляются болевые ощущения, нужно уменьшить число и силу ударов и дождаться, пока боль пройдет.

Набивка и закалка не должны становиться самоцелью.

Эта работа имеет смысл лишь тогда, когда спортсмен быстр и точен в движениях, хорошо скоординирован, легко ориентируется в стихии боя. Если этого нет, сама по себе набитая рука или нога, «отбитое» тело, ничего не дадут. ■

МАТЕРИАЛ ПОДГОТОВИЛ Сергей Семененко





ТАКТИКИ И СТРАТЕГИИ

В данной статье описаны комбинации защитных и атакующих действий, которые составляют основу поединка.

В муэй-тай изучению и наработке комбинационных техник уделяется огромное внимание. Существует большое количество комбинаций, но каждый должен подобрать для себя небольшой арсенал таковых, учитывая свой темперамент и предрасположенность к конкретным техникам.

Техники, которые описаны ниже, не являются теоретическими. Все они проверены на практике во многих поединках и являются эффективными.

1 Тайбоксеры стоят в защитной стойке.

2 Боец в красных шортах наносит прямой удар левой рукой в голову. Тайбоксер в белых шортах отклоняется назад, и подстраховывается подставкой перчаток.

3 Спортсмен в красных шортах, продолжая атаку, наносит прямой удар правой рукой в голову. Боец в белых шортах защищается подставкой предплечий.

4 Тайбоксер в красных шортах наносит лоу-кик правой ногой. Тайбоксер

в белых шортах выполняет подставку левой голенью.

5 Спортсмен справа начинает контратаку левым боковым локтем в голову.

6 Развивает атаку прямым правым в голову.

7 Наносит лоу-кик правой ногой.

8 Входит в клинч и наносит удар левым коленом в голову.

9 Завершает атаку правым локтем сверху.

комбинация 1



1. Тайбоксеры стоят в защитной стойке

2. В момент атаки противника прямым ударом правым коленом, выполнить блокировку левой рукой, с одновременным прямым ударом правой рукой в голову (грудь).

3. Затем нанести прямой удар правым коленом в корпус.



комбинация 2



1. Тайбоксеры в «Клинче»

2. Оттянуть голову противника от себя...

3. Нанести удар правым коленом в голову, выполнить скручивание противника в право. ■

комбинация 3

Материал подготовили: ДЮСК БИ «Боевой сокол», руководитель Семененко Сергей, тел. (057) 714-53-91, 8 (068) 609-23-69;
Бойцовский клуб «Фристайл», руководитель Чимандрин Олег, тел. (0572) 52-72-06, 8 (099) 291-74-46

НИСИО БУДО: НОВЫЙ ВЗГЛЯД НА ОРУЖИЕ

«В основе философии японских будо жив дух самурая, а меч помогает понять природу будо»

Сенсей Сёдзи Нисио

Вот уже на протяжении нескольких лет люди, занимающиеся японскими единоборствами, такими как айкидо, каратэ, иайдо, дзёдо, имеют уникальную возможность не просто посещать 1-2 раза в год семинары приезжих мастеров, пытаться по видеоматериалам восстановить картинку интересующей техники или собирать деньги на заветную поездку если не в Японию, то хотя бы в Европу на обучение к мастеру. Они имеют возможность систематически обучаться у японского мастера, получая знания, как говорится, из первоисточника, у нас, в Укра-



ине. Речь идет о Такаши Куроки, который на протяжении 7 лет живет в Киеве, где преподает один из замечательных видов японского будо, называемого Нисио Будо.

Такаши Куроки — официальный представитель Нисио Будо в Украине, президент Киевской Федерации айкидо и боевых искусств, обладатель 5 дана Тохо Иай, 4 дана Айкидо Айкикай. На сегодня у Такаши Куроки обучаются более 80 учеников из Киева, Львова, Одессы, Харькова и Николаева. За несколько лет кропотливой работы подготовлены инструкторы, уровень знаний которых дает возможность всем желающим обучаться Нисио Будо в соответствии с традициями японской школы преподавания будо. Инструкторы преподают во Львове, Харькове, Одессе и Киеве.

Прежде чем познакомить читателей с тем, что же такое Нисио Будо, в чем уникальность и специфика этого стиля, хочется немного рассказать об интересных наблюдениях за людьми, приходящими заниматься в эту школу.

Куроки Такаши и его инструкторов часто приглашают на различные фестивали и демонстрации восточных единоборств. Такие мероприятия очень важны, ведь они не только служат формальной популяризацией здорового и активного образа жизни. Часто многие молодые ребята, да и вполне состоявшиеся в жизни люди, приходят на такие фестивали для того, чтобы выбрать для себя вид единоборства, которым уже созрело желание заняться.

Как правило, после демонстрации Нисио Будо можно услышать либо слова восхищения красотой движений, виртуозным владением различными видами оружия, либо скептически осторожные замечания о сложности системы и большом количестве техник, которые не просто нужно запоминать, но и понимать их взаимосвязь друг с другом. Правы и те, и другие. Позже, приходя новичками в додзё, первые через некоторое время становятся перед выбором — или заниматься систематически, серьезно и после каждого занятия вести «конспект», либо искать другое место для времяпрепровождения; а вторые с удовольствием вливаются в мощный поток знаний, отбрасывая свой скепсис ради изучения стройной, четкой системы принципов движения тела.



Shoji Nishio Sensei

西尾昭二

Сёдзи Нисио Сенсей
5 декабря 1927 — 15 марта 2005

Создатель системы — Сёдзи Нисио, ученик основателя айкидо Морихея Уесибы. Сёдзи Нисио родился в 1927 году в префектуре Аомори. Будучи подростком он переехал в Токио. В Токио Сёдзи Нисио стал работать в типографии при министерстве финансов Японии. В 1942 году он начал изучать дзюдо в Сэмба додзё, Токио, а в 1945 году стал членом организации Кодокан. Желая пополнить свои знания дзюдо, Нисио сенсей начал заниматься каратэ стиля Синдо Дзинен у основателя этого стиля Ясухиро Кониси. Учитель каратэ, будучи близким другом Морихея Уесибы, всегда считал О-сенсея великим мастером и восхищался его талантом. Многие ученики Ясухиро Кониси приходили посмотреть на мастерство О-сенсея. Так, однажды, один из них вернулся из додзё Морихея Уесибы и, делясь своими впечатлениями об увиденном, называл О-сенсея оборотнем, которого невозможно победить. Он же и рекомендовал Сёдзи Нисио

Тохо Иай — специально разработанный Сёдзи Нисио стиль иайдо, в котором отражены все основные принципы техник айкидо, наглядно демонстрирующий взаимосвязь движений тела без оружия с движениями меча.

посмотреть на великого мастера собственными глазами. Больше в каратэ Нисио сенсей не возвращался. Это был 1951 год, а уже год спустя, в 1952 году, Сёдзи Нисио стал членом Хомбу Додзё Айкикай. В то время тренировки в Хомбу проводились под руководством сына О-сенсея Кисёмару Уесиба и Коичи Тохея. Вспоминая об этом времени, Сёдзи Нисио рассказывал, что в те послевоенные годы, когда голод лишал последних сил, немногие посещали занятия айкидо. Хорошо, если в додзё тренировалось одновременно человек пять. Часто приходилось заниматься в одиночестве. В такие дни Сёдзи Нисио самостоятельно работал с боккеном (деревянным мечем). Все приходившие в додзё ученики имели достаточный опыт занятий другими боевыми искусствами, но все были уверены в том, что О-сенсей имеет нечто глубоко сокровенное, позволяющее говорить о нем, как о великом Мастере. Все ощущали это нечто. Но ни один человек не мог этого объяснить, хотя каждый из них имел опыт в будо.

Спустя полгода после вступления в Хомбу, Сёдзи Нисио начал заниматься непосредственно у О-сенсея. Сёдзи Нисио всегда восхищался тем, как Основатель работал с мечем, но, к большому сожалению, Морехей Уесиба никогда не объяснял, как делать техники. Сёдзи Нисио пытался задавать вопросы о значении меча в айкидо у старших учеников, но мало кто из них сам понимал всю важность занятий с оружием. Сёдзи Нисио очень огорчало отсутствие на общих занятиях работы с кеном и дзё. Тем удивительней это было на фоне частых демонстраций таких техник в исполнении самого О-сенсея. Сёдзи Нисио был твердо уверен, что практика работы с оружием необходима в айкидо, но, учитывая сложившееся положение вещей, принял решение самостоятельно начать практиковать оружие. Так, он стал заниматься стилем иайдо Мусодзикаден Эйсин у Сигенори Сано и стилем дзёдо Синдомусо у Такадзи Симизу — известных мастеров своего времени.



К моменту начала занятий под руководством О-сен-сея в 1951 году, Сёдзи Нисие имел достаточный опыт в дзюдо и каратэ. Изначально цель занятий заключалась в желании Сёдзи Нисие пополнить свой багаж знаний в практикуемых ранее дисциплинах. Однако опыт, полученный в наследство от Морихея Уесибы, изучение иайдо и дзёдо, а главное, постоянное стремление исследовать и развивать знания в области боевых искусств, вдохновили Сёдзи Нисие на создание уникальной системы, впоследствии названной Нисие Будо. Конечно же, далеко не все в Японии восприняли и по достоинству оценили новаторство Сёдзи Нисие. Его взгляды на будо подверга-

«Ате позволяет временно лишать противника боеспособности. И в случае осознания противником своего невыигрышного положения, вы можете его отпустить».

лись критике. Но люди приходили к учителю, Сёдзи Нисие стали приглашать за рубеж для проведения семинаров, популярность стиля возрастала с каждым годом, появлялись преданные ученики. Примечательно, но именно за пределами Японии стиль Сёдзи Нисие более популярен и признан, чем в самой Японии. Видимо, это тот самый случай, когда незыблемые неизменные традиции не могут вместить в себя творчество и перемены.

В 1980 году Сёдзи Нисие достиг пенсионного возраста и закончил свою трудовую деятельность. Это дало возможность больше времени посвятить изучению будо. К тому моменту он был обладателем 8 дана Айкидо, 7 дана Иайдо, 6 дана Дзюдо и 5 дана Каратэ.

Концепция Нисие будо основана на мнении, озвученном в свое время О-сенсеем. «Нельзя сопротивляться движению противника и пытаться противодействовать. Напротив, необходимо объединить дыхание атакующего



и его ритм движения со своим для возможности контроля атаки противника». Сёдзи Нисие не признавал необходимости убийства или нанесения увечий противнику, считая более корректным дать противнику возможность признать свои действия ошибочными. С точки зрения техник айкидо, Сёдзи Нисие указывал на важность понимания кокью (дыхания, ритма) и подчеркивал, что именно меч является прекрасным помощником в этом. Он также говорил, что нельзя забывать о том, что все техники должны рассматриваться с позиций атеми (ударов). В каждой технике нужно использовать различные атеми в различных вариантах, т.к. это дает понимание реализации (реального применения) техники в любой момент и согласованности движений частей тела. «Ате позволяет временно лишать противника боеспособности. И в случае осознания противником своего невыигрышного положения, вы можете его отпустить».

Говоря о стиле, который в результате постоянных исследований техник айкидо, каратэ, дзёдо и иайдо, стал практиковать Сёдзи Нисие, хочется особо отметить стройность и выверенность системы. Так, один и тот же принцип движения рассматривается в технике тай-дзитсу (без оружия), кен-но-тебики (та же техника выполняется с использованием меча), дзё-но-тебики (та же техника с использованием дзё), кен-тай-кен (та же техника — меч против меча), кен-тай-дзё (та же техника — меч против дзё). И отдельный раздел Нисие Будо, стержень всей системы, это Тохо Иай.

Сёдзи Нисие выбрал нелегкий путь осмысления техник, которые практиковал Морихей Уесиба. Но Нисие сенсей всегда воспринимал будо, как постоянно изменяющееся явление, которое должно развиваться и соответствовать окружающему миру. Свое понимание будо он воплотил в Тохо Иай и подарил этот опыт всем, кто искренне изучает японские боевые искусства. Сёдзи Нисие всегда любил повторять, что в основе философии японских будо жив дух самурая, а меч помогает понять природу будо. ■



Статья по материалам беседы с Такаши Куроки
подготовлена Гайдаенко Наталией

Фото Аркадий Шпаер, (с) www.nishiosensei.com

Самооборона



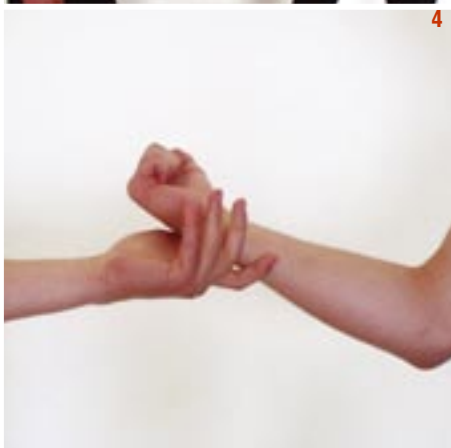
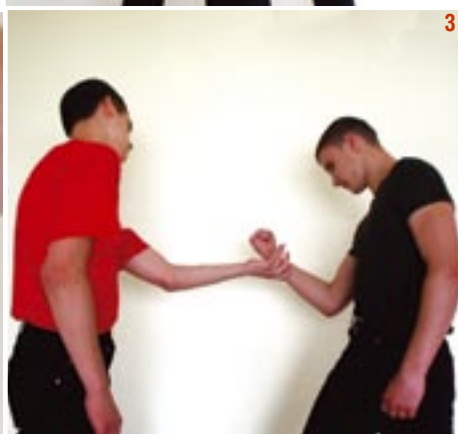
1. Противник захватил вас за разноименную руку снизу (фото 1,2)

2. Приблизить свой локоть как можно ближе к корпусу, сделать поворот корпуса и резкий рывок рукой в направлении большого пальца противника вниз вовнутрь (фото 3,4)

3. Раскручивая корпус в обратном направлении, нанести удар локтем в голову (фото 5)



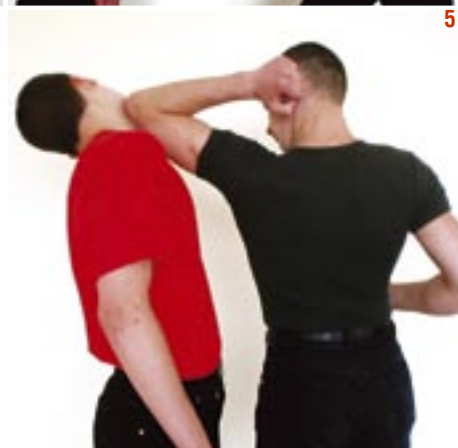
ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ ЗАХВАТА ЗА РУКУ
(ЗАПЯСТЬЕ)



1. Противник захватил вас за разноименную руку сверху (фото 1,2)

2. Приблизить свой локоть как можно ближе к корпусу, сделать поворот корпуса и резкий рывок рукой в направлении большого пальца противника изнутри наружу (фото 3,4)

3. Нанести удар локтем в голову (фото 5)



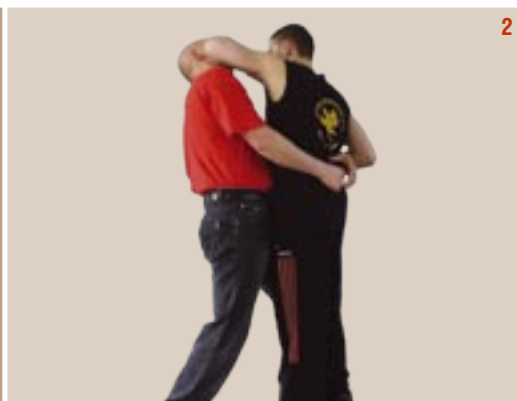
ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ ЗАХВАТА ЗА РУКУ
(ЗАПЯСТЬЕ) СВЕРХУ

Самооборона

ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ ЗАХВАТА КОРПУСА СПЕРЕДИ БЕЗ РУК



1



2



3

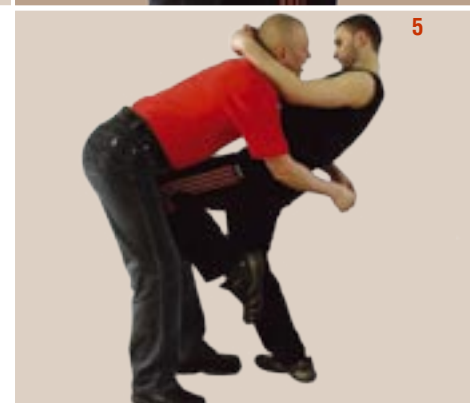


4

1. Противник захватил вас спереди без рук. Стоит отметить, что это не самый лучший захват для противника. Чаще всего такой захват применяют по отношению к женщинам (фото 1).

2. Так как руки у вас свободны, то вы можете нанести удар локтем в голову, ударить ладонями по ушам, нанести удар ладонями в основание носа (фото 2,3,4).

3. После того, как противник ослабил захват, нанести удар коленом в пах (фото 5).



5

ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ ЗАХВАТА ЗА ПЛЕЧО СЗАДИ ПЕРВЫЙ ВАРИАНТ



1



2



3



4

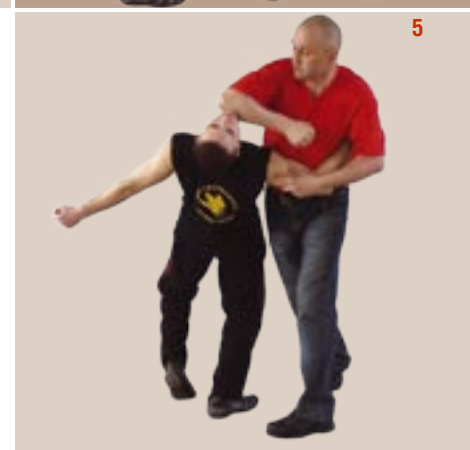
1. Противник захватил вас правой рукой за плечо (фото 1).

2. Вывести противника из равновесия, сделав шаг вперед правой ногой. Для усиления эффекта можно плотно прихватить кисть противника своей левой рукой (фото 2).

3. Поворачивая корпус против часовой стрелки, нанести хлесткий удар рукой в лицо противника (фото 3).

4. Захватить руку противника. При захвате можно выполнить «узел плеча», что только усилит эффективность приема (фото 4).

5. Нанести удар правым локтем в голову (фото 5)



5

Самооборона



1. Противник захватил вас правой рукой за плечо (фото 1).

2. Вывести противника из равновесия, сделав шаг вперед левой ногой и одновременно плотно прихватить кисть противника своей левой рукой (фото 2).

3. Поворачиваясь по часовой стрелке, нанести удар правым локтем по руке противника в район локтевого сустава (фото 3).

4. Доработать ударом ноги в колено или пах (фото 4, 5). ■



ВТОРОЙ ВАРИАНТ

ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ

«КРАВ МАГА — ЭТО ИСКУССТВО РЕАЛЬНОГО БОЯ. ОНО НЕ СВОДИТСЯ ТОЛЬКО К УДАРАМ КУЛАКАМИ И НОГАМИ. СРАЖАЮЩИЙСЯ ДОЛЖЕН БЫТЬ СПОСОБЕН, КРОМЕ ЭТОГО, СХВАТИТЬ, БРОСИТЬ, ВЫВИХНУТЬ КОНЕЧНОСТЬ, ЗАДУШИТЬ».
И. ЛИХТЕНФЕЛЬД,
СОЗДАТЕЛЬ КРАВ МАГА

ЗАХВАТЫ



1

Поединок на улице, когда вы защищаете свою честь и здоровье, а зачастую и жизнь, — это всегда синтез, комбинирование самых различных техник. В одном случае эффективна ударная техника, в другом — бросковая.

Но что может объединить «ударников» и «борцов» — это захват. Бросок без захвата не сделаешь, а «ударникам» захват позволяет увеличить силу удара.

Наверное, многие наблюдали, как в уличной потасовке «хулиган» держит «жертву» рукой, а второй замахивается для удара. Делает он это для того, что бы удар получился сильнее, в неподвижную «мишень» проще попасть.

Во многих видах единоборств присутствуют разделы боевых захватов и борьбы с ними. Крав Мага — не исключение.

Хоть все приемы захвата по своей механике сложнее и требуют больше времени на выполнение, чем удары, очень часто возникают ситуации, когда захват является эффективным средством самозащиты.



2

Захват можно сделать

не только кистью, но и локтевым и подколенным изгибами, подмышкой, зубами.



3

Захват позволяет:

- лишить возможности движения
- вызвать сильную боль
- причинить травму
- вызвать обморок или летальный исход
- увеличить силу удара

Технические действия на основе захвата:

- нажатия
- укусы
- болевые приёмы
- удушения
- рывки
- броски



4

Нажатия

В бою при дистанциях вплотную, когда невозможно использовать ударную технику, небольшие по амплитуде движения защиты, — нажатия пальцами или твердыми предметами, — могут оказаться единственным оружием.



5

Основные цели:

- глаза
- нос
- шея
- уши
- половые органы

Эффект нажатия зависит от глубины и силы проникновения в точку шоковую. Даже легкое надавливание на любую из болевых точек может вызвать «ноющую боль» и заставить противника отказаться от атакующих действий.

В отличие от ударов, сила нажатия значительно легче поддается контролю, поэтому можно обойтись без причинения тяжких повреждений противнику, если в том нет потребности, необходимости.

Фото 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7

Укусы

Кусают, в основном, участки тела, которые не прикрыты плотной одеждой или, как вариант, отделены от внешней среды тонкой тканью.



7



8



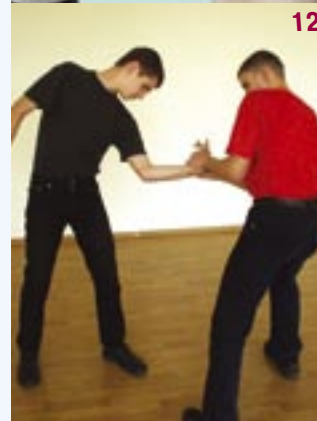
9



10



11



12



13 Основные зоны для атаки:

На голове: уши, нос, щеки, губы, боковая часть шеи.

На руках: пальцы, предплечья, плечо.

На ногах: бедро, голень, пальцы.

Губы, в момент укуса, напрягаются и отводятся в стороны, обнажая зубы. Это помогает избежать травмирования губ о свои зубы.

При укусе желательно поворачивать голову вокруг вертикальной оси: слева направо или справа налево. Также в момент укуса желательно зафиксировать место, где происходит укус. В противном случае у вас, скорее всего, ничего не выйдет.

Фото 8, 9, 10, 11



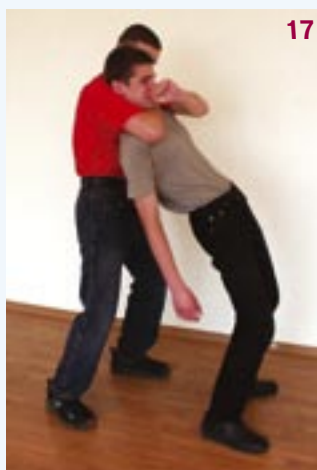
14



15



16



17



18

Болевые приемы — это различные способы болевого воздействия (перегибы, загибы, скручивания, рычаги, узлы) на суставы конечностей.

Умелое и жесткое применение болевого приема вызывает шок или серьезную травму и выводит противника из строя.

Болевой прием эффективно применяется после нанесения удара, когда противник находится в состоянии шока или его внимание рассеяно.

Фото 12, 13, 14, 15, 16

Удушение

Это действие заключающееся в:

- пережатии гортани, вызывающее замедление притока воздуха к легким;
- пережатии сонных артерий, вызывающее задержку притока крови к головному мозгу;
- одновременном пережатии гортани и сонных артерий;
- сжатии корпуса для воздействия на работу легких с целью помешать сделать вдох или выдох. В основном используется физически сильными людьми;
- перекрытии рта и носа, вызывающего замедление притока воздуха к легким.

Все формы правильно выполненных удушающих приемов (не более десяти секунд), вызывают не опасный для здоровья кратковременный обморок, продолжительностью до пяти секунд.

Фото 17, 18, 19, 20, 21, 22

Рывки — это действия, когда производится захват за одежду, волосы (и не только на голове), кожу, конечности, половые органы, голову с последующим рывком на себя или в сторону, что приводит противника к потере инициативы, равновесия шоковое состояние.

Фото 23, 24, 25, 26

Броски

Бросками называются приемы, посредством которых переводят противника из положения стоя в положение лежа. Это должно быть осуществлено не плавным опусканием противника на землю, а посредством такого воздействия, которое обеспечивает жесткое падение его на землю.

А на сколько эффективны броски в реальных условиях, например в боевой школе Крав Мага? Эффективны, и ещё как! Но... чтобы овладеть бросками требуется время и довольно солидная практика. Поэтому в рамках Крав Мага изучают лишь самые простые и в весьма ограниченном наборе. Но и от овладения простыми приемами польза тоже бывает немалая.



19



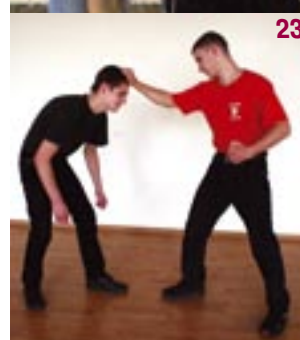
20



21



22



23



24



А если вы отлично владеете бросковой техникой, это сразу даст вам большие преимущества в бою. Брошенного на землю противника можно зафиксировать с помощью удержания. Можно перейти на удушение или болевой приём... Не говоря уж о том, что никакого продолжения после хорошего броска зачастую и не требуется.

В случае, если вы падаете вместе с противником, надо стараться всегда оказаться сверху или сбоку от него, но не под ним.

Необходимо помнить, что ситуация накладывает свои особенности на конкретный приём. Основа его, конечно, остаётся неизменной. И её нужно тренировать. В Крав Мага броски применяются в основном как вспомогательное действие.

Виды применяемых бросков:

- Подножка (передняя, задняя и их варианты).
 - Отхват.
 - Подхват.
 - Зацеп.
 - Бросок через голову.
 - Подсечки.
 - Броски с захватами за ноги.
- Фото 27, 28, 29, 30

В заключение хотелось бы сказать, что захваты не стоит игнорировать. Часто даже не захват, а мимолетный, скользящий «прихват» меняет картину поединка. Поэтому сторонникам ударной техники я советую хоть в минимальной степени тренировать умение освобождаться от захватов. Поверьте, это когда-нибудь пригодится. ■



ФЕСТИВАЛЬ КАПОЭЙРЫ

Капоэйра — бразильское национальное боевое искусство, сочетающее элементы акробатики и игры, сопровождающиеся национальной бразильской музыкой. Зародилась капоэйра как борьба, скрытая рабами под танец, и отличается использованием низких стоек, ударов ногами и большим количеством акробатических элементов. Современная капоэйра, в отличие от ее ранних форм, редко используется в боевых целях. Обычная практика — это бесконтактный бой, хотя проводятся и чемпионаты мира по полноконтактной капоэйре.



танец Макулеле

Этот вид боевого искусства, созданного в Бразилии, стал известен в СНГ в 1994 году после фильма «Только сильнее». Теперь капозейра шагает по планете.

29 апреля в кинотеатре «Зоряний» города Киева прошел зрелищный фестиваль, проведенный группой «Аше капозейра» с участием приглашенных гостей — самых известных мастеров: основателя школы «Аше капозейра» Бахао, мастера Боя, инструктора Параиба из Бразилии и Монитора Яна из России. Почетные гости провели пятитдневный семинар для учеников школы, чтобы проверить, кто готов к получению следующего пояса, а кому еще годик тренироваться.

«Классики» боевого искусства задавали ритм на барабанах (атабаке), бубнах (пандейру) и беримбау — музыкальном инструменте, напоминающем лук с натянутой тетивой. И пели песни на португальском языке. Как рассказал мастер Бахао, в песнях рассказывается об истории боевого искусства Бразилии, традициях, легендах. Иногда мастер придумывает текст «на ходу».

Шоу открыли танцевальными номерами. Зрителям продемонстрировали три ярких костюмированных бразильских танца: Афро — танец, наиболее ярко представляющий африканские корни бразильской культуры; Коку ди рода — парный танец, в котором танцующие отчеканивают ногами ритм; Макулеле — танец, традиционно исполняемый в соломенных юбках, с двумя короткими деревянными палками или мачете (ножами) в руках.

Далее капозейристы показали свои соло-программы, проделывая такие акробатические фигуры, о названии которых и не догадаешься — бойцы крутили сальто, ходили колесом, кружились на голове, с легкостью взлетали на метр-два от сцены, на которой им явно было тесно.

Зал аплодирует в такт барабанам. Пары меняются каждые полминуты. Под ритмические постукивания и пе-



игра на атабаке

«Бразилия — это не только страна, где живет очень много диких обезьян и проводятся самые красочные и зажигательные карнавалы мира, но и культура боевых искусств, которая стремительно развивается во всех уголках мира. Украина — не исключение, поскольку в силу своего национального характера любит собираться компаниями, слушать энергичную музыку и по возможности участвовать в мероприятиях. И даже если некоторым на первый взгляд покажется, что капоэйра напоминает украинский гопак или современный брейк-данс, то интерес становится еще больше, чтобы узнать об этом удивительном виде боевых искусств»



Местре Бахао виртуозно владеет игрой на беримбау





акробатические элементы в соло-программе



ние капоейристы играют, передвигаясь по кругу. Высматривают возможность — подсесть опорную ногу.

Выступление показательное — никого всерьез не бьют. Главное в капоейре — это игра (рода). Спортивной злости нет — проиграл, улыбнулся, поблагодарил соперника.

На фестивале свои первые пояса получили и самые маленькие киевские капоейристы — младшим лет по пять. Дети выходили в спарринг против лучших мастеров мира. Бразильцы выжидали, пока малыши ошибутся, и аккуратно, чтобы те не ушиблись, роняли их на пол. Такое вот «боевое крещение».

Группа «Аше капоейра» уже второй раз проводит свой фестиваль и собирается сделать праздник ежегодным. Основной филиал группы «Аше капоейра» Украина под руководством Бойко Ирины существует в Киеве с 21 октября 2002 года.

«Аше капоейра» готовит своих учеников к любым обстоятельствам, учит вести диалог, играть на уровне в любой роде, уметь выбираться из разных ситуаций, как в роде, так и в жизни. Группа учит не только технике, движениям, основам португальского языка и традициям, а умению работать в коллективе, принимать участие в делах группы. Придя в группу «Аше капоейра», ученик обретает вторую семью, которая всегда готова прийти на помощь, как в капоейре, так и в жизни, ведь в наши дни капоейра служит целью объединения людей, радости общения и дружбы, — в общем, тех качеств, которых сейчас очень не хватает многим людям. Она помогает раскрыть себя, как духовно, так и физически, найти свой путь, почувствовать себя окруженным братством позитивных и свободных людей. Не это ли нужно сегодня, не эти ли качества должен воспитывать в себе человек, который каждый день сталкивается с бесформенными стереотипами, злобой, завистью и корыстью? ■

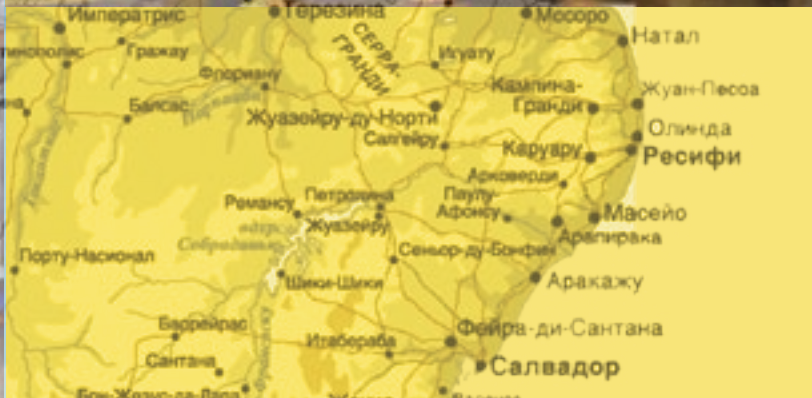
В киевской школе «Аше капоейра» занимаются 150 человек. Принимают всех. Детей можно приводить от 8 лет.

Занятия проходят в понедельник, среду, пятницу в 19.00, в воскресенье — в 11.00. Адрес: ул. Горького, 130, школа №37. Стоимость занятий — 120 грн в месяц.

Контактный телефон: 8-039-459-94-74.

Сайт группы: www.axecapoeira.com.ua

ФОТО Ольга Кальник



КАПОЭЙРА



ТАЙЦЗИТУЙШОУ. ИСТОРИЯ? СОВРЕМЕННОСТЬ!

... двое, скрестившие
с усилием руки
создают общую
силу... умение
управлять этой
силой и является
признаком
мастерства в Тайцзи.

Система Тайцзицюань оформилась как боевое искусство в те времена, когда умение побеждать в поединке определяло возможность выжить. Многие методики тренировок, которыми в настоящее время пользуются современные практики, возникли некогда естественным образом в среде людей, основным занятием которых являлась война. Древний Китай был плодородной почвой для зарождения многочисленных стилей и направление Воинских искусств. Люди давно пришли к выводу, что целенаправленная наработка определенных качеств дает значительное преимущество как в боевой ситуации, так и в мирном труде. Отсюда китайский термин Гунфу — ежедневное повторение одного и того же — как Путь достижения мастерства.

Нетрудно представить, как в перерывах между сражениями солдаты императорских армий тренировались и соревновались, развивая определенные качества, которые в реальном бою, при столкновении большого числа людей были наиболее ценными. Прежде всего, нужно устоять на ногах и не упасть, далее — смести противника любым способом. В отсутствии маневра, давка боя необходимо было в буквальном смысле слова вrostать в землю выдерживая лобовой удар врага, чтобы либо отбросить его, либо опрокинуть, либо пропустить мимо себя. Эти принципы ведения боя мы и сейчас можем увидеть в парной работе Тайцзицюань — умение создавать мощное усилие, направленное вперед в сочетании с максимальной устойчивостью и укоренением — Пэндзинь, усилие, позволяющее отводить мощный натиск противника в сторону без потери равновесия — Люйдзинь и усилия, позволяющие опрокинуть, сорвать, ударить противника.

Давайте рассмотрим, что происходит, как только два человека сталкиваются руками с намерением столкнуться друг друга. Вначале более сильный партнер получает преимущество и толкает, выпрямляя руки. Потом появляется момент, когда из-за разности рычагов, защищающийся получает возможность отвести атакующую руку в сторону и начать свою атаку в грудь или голову противника или, убрав свой корпус из под атаки, пропустить силу противника и «лишить его корней», уронить. Особенно легко это получается, когда противник вкладывается в толчок и не контролирует равновесие. При условии, что нападавший совершает такое же преобразование усилия, в итоге по-



лучают упражнение, в котором двое поочередно выступают то в аспекте агрессии и нападения (Ян), то в аспекте податливости и управления (Инь) — используя попеременные атаки и защиты по замкнутой траектории.

Итогом таких занятий, при условии что оба партнера стремятся к развитию устойчивости, осознанности, раскрепощенности, и самое главное созданию мощных атакующих и защитных действий, становится возникновение круговых траекторий. Ведь именно такие траектории дают возможность расходовать энергию наиболее эргономично, в чем также нетрудно убедиться «потолкавшись» подобным образом время, достаточное для того чтобы устать, или посмотрев на движение планет в космосе. В ходе подобных экспериментов возник прообраз системы специальных упражнений, которые в наши дни известна под названием Туйшоу или Толкающие руки.





Отошедшие от дел ратных воины либо возвращались домой и продолжали тренировки, а с целью возвысить статус своей семьи, передавали это искусство близким. Так появлялись семейные Школы.

Другие, желающие уединиться для практик развития ума, встречали таких же странников, которым необходимо было уметь защитить себя, чтобы не погибнуть раньше времени от диких зверей и разбойников. Для них упражнения, которые могли повысить выживаемость и при этом не было необходимости калечить друг друга, были очень важны. Именно в этой среде подобные упражнения оттачивались и передавались из поколения в поколение. И именно здесь они стали использоваться для развития не только тела, но и ума и энергетики. Постоянные атаки партнера ультимативно требуют осознанности, пребывания в «данном моменте», а трение рук развивает чувствительность.

Так что такое Туйшоу?

Прежде всего это модель, в которой вы преобразовываете любое агрессивное усилие, направленное против вас и используете его в своих целях. Вы учитесь по круговым, спиральным траекториям принимать любое агрессивное усилие, направленное против вас и использовать

его в зависимости от ситуации. Для того, чтобы тренировка началась, необходимо это усилие создать, иначе партнеру нечего будет преобразовывать. В дальнейшем неважно, какого рода агрессии вы подвергаетесь — физической или умственной, научившись работать с ней на уровне тела вы поймете, что делать с ней на уровне ума. Любая ситуация становится для вас игрой усилий.

Важный момент — критерий правильности. В ходе выполнения упражнения возникает необходимость оценки верности его выполнения. Нужно ли идти по заранее оговоренной траектории, если вы чувствуете, что вас толкают в другую сторону? Ответ: конечно нет. Идя вдоль усилия партнера, вы получите возможность атаковать его в другом месте. Эти корректировки в одноручных и двуручных кругах (существуют также круги ногами) предполагают выведение партнера из равновесия или атаку какой-либо частью тела. В то же время партнеры стремятся в ходе упражнения использовать такие положения тела, в которых оппоненту будет предельно сложно выполнять движения с помощью грубой силы, без использования круговых траекторий, и следовательно помогают друг другу научиться



эргономичным движениям и правильной работе с усилием... Для обучения необходимо сразу отказаться от идеи соревнования с партнером: основной ваш противник — вы сами. Более сильный старается максимально расслабить мышцы, не участвующие в движении, а слабый ищет оптимальные соединения в теле. Пользу получают оба.

Также необходимо отметить, что в изучение Туйшоу следуют от простого к сложному, осваивая в начале одноручные формы, за тем двуручные, потом формы с шагами, с завязанными глазами и так далее, таким образом





удушающие, удары и толчки локтями и многое другое) партнеры скорее борются, чем используют технику Тайцзицюань. Желание победить заставляет следовать ограничениям правил в ущерб искусству.

Третий — «эзотерический» вариант Туйшоу — своеобразная игра в Тайцзицюань, смысл которой — плавные, не отягощающие движения под музыку в надежде на то, что чудесная энергия Ци рано или поздно сама опрокинет партнера без участия хозяина... такова конъюнктура рынка, и господа китайцы готовы ее удовлетворить.

В то же время десятки мастеров демонстрируют реально хорошую технику Толкающих рук. Но даже из их числа единицы объясняют то, что они делают языком биомеханики и физики. В дальнейших публикациях мы дадим описание горизонтального одноручного круга Туйшоу с объяснением траекторий и корректировками.

приближаясь к свободной работе, или Саньшоу. Если же пренебречь этой последовательностью и «перепрыгивать через этапы», то желаемые результаты могут быть и не достигнуты, а драгоценное время тренировок будет растрачено впустую...

Так в чем же заключена основная специфика Толкающих рук? Без преувеличения можно сказать, что это уникальная система тренировки в которой решена проблема по совмещению наработки боевых навыков и обеспечения безопасности, так как толчки в Туйшоу проводятся в достаточно мягкой манере, лишь обучая партнера и указывая на ошибки и слабости. В то же время не многие занимающиеся знают, что все вектора изучаемых кругов Туйшоу перекладываются в группу упражнений именуемую Паошоу или Взрывающиеся руки, которая максимально приближена к реальной боевой технике. «От больших кругов переходят к малым, от малых к бесконечно малым, но отсутствие круга тоже круг»...

В настоящее время, скорее всего из-за того, что выживание в современном мире во многом перестало зависеть от физических качеств человека, многие древние системы тренировок утратили былые корни и либо канули в лето, либо были подогнаны под узкие рамки социума. Коснулось это и Туйшоу. Сегодня под Туйшоу понимают, как правило, одно из трех. Первое — спортивно-зрелищные варианты — **дуэлянь**, в которых траектории заданы заранее и партнеры думают не об усилиях, а об эстетичности и красоте.

Второй вариант — **соревновательный**, в котором из-за многочисленных запретов (воздействие на локти и колени,



В завершении хочется отметить, что Туйшоу является лишь одной частью из группы парных упражнений, изучаемых в Тайцзицюань, которые, в свою очередь, лишь часть безграничной системы под названием Великий Предел... ■

Материалы предоставлены Школой «Ветер-Гром»

Занятия в Школе проводятся в Харькове:

Гончаренко Сергей 8(066)7477680, 8(057)7543250

и Луганске: Меренко Дмитрий 8(050)5465415

Сайт: www.oriental.com.ua, **E-mail:** OlyVish@yandex.ru



ЧЕМПИОНАТ ПО КИОКУШИН-КАН КАРАТЭ СРЕДИ ДЕТЕЙ

Почетные гости Чемпионата:

Герой Советского Союза **Гринчак Валерий Иванович**;

Гетьман Украинского козацтва, гвардии Генерал-лейтенант **Билас Иван Григорьевич**;

Главный Атаман Украинского козацтва, Генерал-Атаман **Шушковский Григорий Владимирович**;

Ветеран Афганской войны, кавалер двух орденов Красной звезды, полковник **Михайлюк Валерий Васильевич**;

Генерал-хорунжий, директор Киево-Печерского лицея «Лидер» **Кравченко Дмитрий Григорьевич**.

В г. Киеве 11 февраля 2007 года прошел Чемпионат по Киокушин-кан каратэ среди детей, в честь Героя Советского Союза Гринчака Валерия Ивановича и памяти воинам Афганистана. Чемпионат был проведен в Киево-Печерском лицее «Лидер» № 171.





Торжественное приветствие

Главного судьи соревнований, заслуженного тренера Украины, почетного работника физической культуры и спорта, президента КМФКК **Гусейнова Александра Авиловича**



«От всей души приветствую участников и гостей турнира по Киокушин-кан каратэ.

Развитие в Украине этого мужественного и зрелищного вида спорта, требующего от человека высокого самообладания, дисциплины, воли, самоотверженности, умения собраться, уважение к сопернику — вот те необходимые качества, которые нужны молодому человеку, входящему во взрослую жизнь. Спортсмены, занимающиеся Киокушин-кан каратэ, представляют собой элиту среди занимающихся восточными видами боевых искусств. Именно из числа наших спортсменов черпаются люди, служащие делу защиты Родины, охраны общественного порядка, иных силовых структур, деятельность которых направлена на обеспечение стабильности, мира и благополучия в нашей стране.

Желаю всем участникам соревнования успехов на татами, в учебе, в жизни!

**Пусть победит сильнейший!
ОС!»**

В соревнованиях принимали участие 16 команд г. Киева. Возраст участников от 6 лет до 15 лет.

Всего насчитывалось 200 спортсменов. Несмотря на молодость, ребята показали высокий технический уровень, волю к победе. По итогам соревнования, сборная команды СШ № 216 заняла первое место, и сборной команде Герой Советского Союза Гринчак В.И. вручил Кубок. ■

МАТЕРИАЛ ПРЕДОСТАВИЛ Александр Гусейнов





Военно-прикладные виды спорта

НЕПРОСТОЙ ДЛЯ РЕШЕНИЯ ОКАЗЫВАЕТСЯ В НАШЕ ВРЕМЯ ЗАДАЧА ПОВЫШЕНИЯ ИНТЕРЕСА К СЛУЖБЕ В АРМИИ. ВЕДЬ ЕЕ ПРЕСТИЖ В ГЛАЗАХ МОЛОДЕЖИ ОЧЕНЬ НЕ ВЫСОК. ПРИЧИНАМИ ТОМУ – НЕ ТОЛЬКО НЕПРИГЛЯДНЫЕ УСЛОВИЯ СЛУЖБЫ АРМИИ, А, ВОЗМОЖНО, И СЛАБАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ И МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА УКРАИНСКОЙ МОЛОДЕЖИ. К ПРОБЛЕМЕ ПОДХОДЯТ РАЗНЫМИ ПУТЯМИ. И ОДИН ИЗ НИХ ВОПЛОТИЛ В ЖИЗНЬ ВОИН-ИНТЕРНАЦИОНАЛИСТ, УЧАСТНИК БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ В АФГАНИСТАНЕ ГЕННАДИЙ ЭДУАРДОВИЧ ТОРКАЧЕНКО, ПРОВЕДЯ ПЕРВЫЙ ЧЕМПИОНАТ ХАРЬКОВА ПО ВОЕННО-ПРИКЛАДНЫМ ВИДАМ СПОРТА.



Идея состояла в привлечении ребят от 14 до 25 лет, не зависимо от уровня физической подготовки, к участию в соревнованиях, в которых оказывались бы актуальными и необходимыми волевые качества, военно-патриотическое воспитание, чувство ответственности, взаимопомощи. Когда речь идет о разном уровне физической подготовки, такие соревнования оказываются возможными только благодаря предварительному интенсивному курсу тренировок для всех участников.

Именно в этом состояла отличительная особенность первого Чемпионата Харькова по военно-прикладным видам спорта, который состоялся год назад в мае.

Ответственность за организацию и проведение соревнований полностью «взвалил» на свои плечи командир Военно-спортивного учебного центра Воздушно-Десантных войск Геннадий Эдуардович Торкаченко.

Молодежные организации каждого района Харькова должны были сформировать команды по 8 человек и выставить их для участия в соревнованиях. Однако принимали участие лишь восемь команд, т.к. Октябрьский и Киевский районы не смогли выставить полностью укомплектованные команды. Из данных восьми команд одна представляла Военно-спортивный учебный центр Воздушно-десантных войск (ВСУЦ ВДВ). В течение месяца до начала соревнований все команды проходили подготовку у Геннадия Торкаченко в Военно-спортивном учебном центре.

Соревнования проводились в виде спортивных состязаний в 3 этапа, каждый этап занимал 1 день.

Открытие соревнований, приуроченное ко Дню победы, состоялось в парке имени Горького на мемориале Славы. Участники соревнований почтили минутой молчания память погибших во Вторую мировую войну воинах, возложили цветы.

Первый этап состоял из марш-броска и спортивного ориентирования (действия в составе разведывательных подразделений). Этот этап оказался одним из самых трудных, так как участникам нужно было преодолеть 3 километра по пересеченной местности, причем с полной боевой выкладкой (саперная лопатка, противогаз, вещмешок с боевой укладкой, макет автомата, укомплектованная санитарная сумка). 700 метров из этого расстояния нужно было преодолеть по «зараженной» местности в противогазах, а еще 700 — переноска раненого и оказание ему медицинской помощи.



Следующее задание на этом этапе — спортивное ориентирование. Было необходимо по карте обнаружить 11 боевых точек. Оценивание выполненного задания производилось по количеству найденных объектов и времени, потраченному на их поиск.

Второй этап проходил на территории Института танковых войск. Первым заданием было преодоление полосы препятствий. Нужно было пройти лабиринт, преодолеть стену высотой 2 м 20 см, пробежать по узким доскам на высоте 2,5 м, преодолеть «завал», спуститься в «подземный туннель», а затем вернуться назад, перепрыгнув ров, и передать эстафету следующему члену команды. При подведении итогов учитывалось время, затраченное всей командой на выполнение этого задания.

Следующим заданием были показательные выступления по рукопашному бою, которые проходили на стадионе танкового училища. Здесь, конечно, не было равных команде Военно-спортивного учебного центра ВДВ. Команда показала отличную подготовку, чем доставила зрителям и участникам соревнований большое удовольствие и вызвала неподдельный интерес и желание заниматься рукопашным боем. ►►





Далее была проведена проверка теоретических знаний по огневой и тактической подготовке. Каждый участник команды отвечал на три вопроса, соответственно каждый правильный ответ приносил команде дополнительные баллы. Последним заданием на этом этапе была «сборка-разборка» автомата Калашникова на время.

Третий этап проводился на аэродроме Коротич и включал в себя отработку действий парашютиста в воздухе, действия в экстремальных ситуациях, отработку приземления, отделение от летательного аппарата и отработку элементов прыжка с тросовой горки.

После были подведены итоги соревнований и определен победитель. По итогам трех этапов соревнований первое место заняла команда Военно-спортивного учебного центра ВДВ, второе — команда Московского района, третье — команда Фрунзенского района.

Участие в соревнованиях полностью подготовленной команды абсолютно соответствовало целям и задачам проведения этих соревнований. Ведь подготовленная команда способна задать нужный уровень состязаниям и показать, что занятия спортом гораздо интереснее и полезнее, чем, например, просиживание часами за компьютером, играя в мнимые военные игры. Здесь же участники могли почувствовать на себе, как тяжело сориентироваться в «военных» условиях, что такое ответственность за команду, что такое перебороть себя, чтобы не подвести других.



В мае этого 2007 года планируется проведение второго Чемпионата Харькова по военно-прикладным видам спорта. Желающие могут подавать заявки на участие до 20 мая 2007 года по адресу: Харьков, бул. Юрьева, 3/1, 1-й под. (ст.м. Маршала Жукова, напротив Дворца Спорта), Военно-спортивный учебный центр ВДВ, тел.80679027294, Геннадий Эдуардович Торкаченко

Команда ВСУЦ ВДВ не просто выиграла чемпионат, она выполнила поставленную перед ней задачу. Достаточно большое количество участников соревнований теперь, стали посещают занятия в ВСУЦ ВДВ. К тому же команда ВСУЦ ВДВ показала всем, что такое «бойцовский дух», что такое поддержка товарища в трудную минуту, что такое настоящая команда.

Награждение победителей состоялось на территории аэродрома Коротич. Командам-победителям были вручены кубки, медали и грамоты, а команда ВСУЦ ВДВ была награждена также и переходящим кубком победителей соревнований — «Никой».



По условиям соревнований командам, занявшим призовые места, была предоставлена возможность совершить бесплатные прыжки с парашютом (платный прыжок стоит от 180 грн. — Прим.ред.).

28 мая 2006 года удачными прыжками были завершены соревнования. Прыжки совершались с высоты 800 м. Всем присутствующим, будь то участники или зрители, этот день принес незабываемые впечатления. ■

Слова благодарности:

Харьковскому областному союзу инвалидов Афганистана и Харьковскому городскому союзу ветеранов Афганистана за оказанную поддержку и выделение средств на приобретение кубков и медалей и предоставление бесплатных прыжков с парашютом для победителей.

Отдельная благодарность Институту танковых войск, начальнику штаба и начальнику института А. Н. Сиротенко, а также инструкторам Харьковского аэроклуба имени Гризодубовой: В. П. Кузнецову, А. И. Медведеву, В. Н. Стоянчуку, А. Ю. Бутузову, которые оказали неоценимую помощь в подготовке и проведении прыжков.

Информационный спонсор Второго чемпионата Харькова по военно-прикладным видам спорта — журнал «Боевые искусства — ключи к совершенству».

Материал предоставлен Г.Э. Торкаченко

Боевое многоборье

Информационная справка

В 1997 году харьковскими офицерами Вооружённых Сил С.В. Зайцевым и А.П. Федорцовым был создан новый вид спорта, — «Боевое многоборье», — который получил своё первоначальное развитие после создания Федерации военно-спортивных многоборий Харьковской области.

В состав «Боевого многоборья» входят:

- рукопашный бой;
- рукопашный бой с холодным оружием;
- стрельба.

Этот вид спорта имеет двойную направленность: с одной стороны ему присущи все черты массового вида спорта, с другой стороны, занятия им позволяют повысить уровень специальной подготовки бойцов спецподразделений и представителей силовых структур. Помимо этого, его отдельные составные части входят в систему допризывной подготовки молодёжи, тем самым занятия этим видом спорта способствуют повышению уровня подготовки призывного контингента.

Постоянно возрастающий интерес к этому виду спорта привёл к созданию Всеукраинской Федерации военно-спортивных многоборий, которая в настоящий момент является профильной организацией по развитию военно-спортивных многоборий на территории Украины.



По итогам первого Чемпионата Мира по Боевому многоборью Украина заняла первое место, Азербайджан — второе, Россия на третьем месте.



Рассказывает Сергей Васильевич Зайцев, президент Международного Союза общественных организаций «Развития военно-спортивных многоборий»:

«В настоящий момент нами совместно с Министерством Украины по делам молодёжи, спорта и семьи проведено 6 чемпионатов Украины, на которых 30 человек получили звание «Мастер спорта Украины» и более 120 человек стали кандидатами в мастера спорта. Наблюдается тенденция постоянного роста количества спортсменов, принимающих участие в соревнованиях национального уровня: от 220 человек на первом Чемпионате Украины до 800 на Чемпионате Украины 2007 года.

В 2005 году нами была создана и легализована методом регистрации новая общественная организация с международным статусом — «Международный союз общественных организаций развития военно-спортивных многоборий». Благодаря этому 28-30 апреля 2006 года был проведен первый Чемпионат Европы по «Боевому многоборью», а 27-29 апреля 2007 года — первый Чемпионат Мира, на котором присутствовали представители



семи стран, количество спортсменов — 740 человек. По результатам Чемпионата Мира 1 место заняла Украина, 2 — Азербайджан, 3 — Россия. В настоящий момент Харьков является центром развития военно-спортивных многоборий не только в масштабах Украины, но и в мире в целом.

Учитывая направленность нашей Федерации, на совместном совещании, которое проводилось в марте 2006 года в Киеве между представителями Министерства по делам молодёжи, спорта и семьи, силовых структур, общества «Динамо», Вооружённых Сил и нашей Федерации, было признано верховенство нашей Федерации в развитии в Украине всех видов спорта (относящихся к прикладным) и культивируемых в силовых министерствах. Таким образом, количество видов спорта, входящих в военно-спортивные многоборья, увеличилось до 19.

Наряду со спортивной деятельностью наша организация проводит большую военно-патриотическую работу, которая заключается в подготовке и проведении таких мероприятий, как «Военно-спортивная игра «Патриот» и



«Спартакиада допризывной молодёжи». Данные мероприятия проводятся совместными усилиями нашей Федерации, городского управления образования и управления по физической культуре и спорту. Ежегодно в этих состязаниях задействуется более 10000 школьников».



Материал предоставил С.В. Зайцев
Фото Андрей Филипский



Глазами девушки с ножом...

Чемпионат по «Боевому многоборью»

Стрельба.
Рукопашный бой.
Рукопашный бой с оружием.

Если внимательно почитать пресс-релиз или побеседовать с организаторами чемпионата, то можно сделать вывод, что, с одной стороны, данный вид спорта стремится к тому, чтобы стать массовым, с другой стороны — призван повысить уровень подготовки спецподразделений, силовых структур и допризывников. Каково же здесь место отведено девушкам? А вот это интересно. О девушках на Руси немало сказано, мало того, они сами о себе много говорят и иногда даже больше, чем делают, но вот делают они всегда лишь то, что сами хотят.

На неё нельзя не обратить внимание. Марина Черняк — чемпионка, спортсменка и просто красивая девушка. Прекрасная представительница клуба «Гарт». Но всё же первое, что меня поразило... Когда я сидел рядом с группой спортсменов, к ним подошла грациозная девушка и я услышал: «Надо заморозить колено...». Одела добок, шлем, перчатку, взяла в руки нож... вышла на ковёр и победила!

Что общего может быть у такой красивой девушки с ножом и всем этим спортом? Как вы сюда попали?

— А что может быть общего у розы с шипами? Красота должна быть с шипами и уметь постоять за себя. В спорт пришла случайно.

— Многие случайно приходят, но чемпионками случайно не становятся, — в разговор вмешивается Станислав Михайлович Сусли, тренер Марины, — это она скромничает.

Станислав Михайлович, а многие девушки уходят?

— Многие. Марина из тех, кто остаётся.

Из-за чего обычно приходят девушки?

— Общение. Ребята. Кто как. Марина — из целеустремлённых.

— Марина, но что то же вас заставляет продолжать заниматься?

— Конечно, не хотелось бы, чтобы последние четыре года моей жизни ушли в никуда. Есть цель, стремления, будут и результаты.

— И какие же результаты, кроме болящего колена?

Смущено: — Да, это ерунда случайно в схватке столкнулись.

Вместо того, чтоб роптать,
что роза имеет шипы,
радуйтесь, что над шипами — роза
и что привереда куст всё же даёт цветы
«Pensees», Жозеф Жубер

Увереннее: — А достижения есть! Вчера первое место в рукопашном бое, первое место по стрельбе, сегодня... поживём-увидим.

Тренер пророчески:

— Скромничает! Чемпионка она у нас.

Марину вызывают на ковёр. Она уверено вышла на бой и досрочно его завершила победой. Тренер оказался прав, его восемнадцать лет в спорте действительно чего-нибудь да стоят.

Станислав Михайлович, что можете добавить про Марину?

— Надо же, как бывает, у меня в команде ребята до 60кг — стабильно чемпионы, а попаду на страницы журнала только благодаря девушке, глядя на которую четыре года назад даже бы и не подумал, что именно так произойдёт. Так что, **труд, упорство, результат — всегда приносят свои плоды.** ■

Беседовал Дмитрий Змиенко



Тренер Станислав Михайлович Сусли с Мариной Черняк — чемпионкой, спортсменкой и просто красивой девушкой.

**Основное правило бойцовского клуба
(помни — не разглашать правила
бойцовского клуба): «Борись, борись, борись...
пока ты борешься от тебя в этой
жизни, что-то зависит, когда ты бросил —
тебе уже невозможно помочь».**
**Запомни, не всегда, когда захочется опустить
руки, ты услышишь звук гонга,
а услышит ли его соперник, —
зависит только от тебя.**
**Тебе, и только тебе решать,
опустится, или поднимется
над рингом твоя рука.**
**Если соперник уже не в состоянии встать
на ноги, твою победу никто не отнимет.**
**Запомни основное правило
бойцовского клуба —
«не разглашать правил бойцовского
клуба» и хранить их там,
откуда их никому не достать —
в сердце бойца.**



«БОЙЦОВСКИЙ КЛУБ»

V МЕЖДУНАРОДНЫЙ ТУРНИР «ВЛАДИБОР»

ЧЕМПИОНАТ СНГ ПО КИКБОКСИНГУ

«Сафари», «Прюнель», «Пересвет», «Форвард», «Фаворит», «Владибор», «Легион», «Сайгон», «Хва-ранг», «Владибор». Что это?!

Это бойцовские клубы. Для их бойцов красота боя не просто звук. Выпусти своё Я на волю, тебя уже ждут. «Сафари» — бойцы заслуженных тренеров Украины Олега Петровского и Юрия Кохановского, «Прюнель» — целая плеяда молодых тренеров под руководством заслуженного тренера Украины Виталия Гагарина и их бойцы, выбирай, что по плечу.

ДЮСШ «ХЗТД», ДЮСШ «Импульс», ДЮСШ «ХФТИ», ДЮСШ №№ 2,6,9,13.

Бойцы из России, Молдовы, Грузии, Беларуси, пяти областей Украины и автономной республики Крым, более пятиста участников... Насчёт яблока во дворце «Локомотив» ничего ни скажу, не проверял, есть ли место, где ему упасть, а то, что настоящий боец всегда найдёт место, куда поудобнее устроить в нокаут соперника — это уж точно. Врач на таких соревнованиях может подтвердить свою квалификацию, и чей профессионализм нельзя не отметить, — спасибо Алле Валентиновне Плотниковой.

«ОРИЕНТАЛ» — зрелище болельщикам, работа врачам. Одного бедолагу 3 минуты из нокаута возвращали. Так что есть, на что посмотреть, похлеще порой, чем в профессиональном боксе бывает. Тем, кто занимаются «ориенталом» или любительской версией К-1, редко удаётся потешить врачей столь ими любимым распростёртым полотенцем на ринге, а вот зрителей распластавшимся на ринге соперником — сколько угодно. В этой версии нужно отметить Владимира Катыхина, сразу видно, что это отличный ученик Владимира Цуканова. Тяжело в этой версии приходится не только врачам, секундантам, но и судьям, — они справляются с этим благодаря высочайшей квалификации. Это СМК Терещенко Игорь, рефери Гавричкин Сергей, СМК, заслуженный тренер Украины.

ФУЛЛ-КОНТАКТ. Не устают радовать и бойцы в фулл-контакте: в весовой 75кг Стоянов Сергей — Молдова, Тирасполь, МСМК. И конечно же наш неутомимый Кадр Игорь, Украина, Харьков, МС, — что не бой, находка для фотографа для нашего журнала. Нам довелось не раз наблюдать, как лучший рефери чемпионата и двукратный Чемпион Мира по кикбоксингу Юрий Федун не раз начинал отчёт, а контролирует процесс главный судья раздела Александр Володченко, СМК, МС Украины.

ГРАНД-ЧЕМПИОН. Настоящий праздник зрителям и участникам принёс гранд-чемпион: когда победитель каждой весовой категории раздела семи-контакт встречаются с победителями других весовых. Выделим бойцов: Стамбуляна Саркиса, Украина, Першотравенск; Абшилаву Георгия, Украина, Харьков; Литвиненко Сергея, Россия, Краснодар. Здесь побеждает сильнейший. Должен остаться только один... Первое место, перефразируя В.С. Высоцкого: «Сергей Литвиненко, Краснодар, настырный, чёрт возьми», МСМК, Чемпион Мира по кикбоксингу, Чемпион Европы по тaeквон-до. Встречался в финальном поединке с молодым бойцом из Украины — Стамбуляном Саркисом, который и занял второе место. В этот раз победил опыт, но за одного битого двух не битых дают: Саркис приобрёл бесценный опыт встречаться на равных с таким титулованным соперником и уступить — это нормально, а то, что встречаться можно и нужно, это подтверждают значимость таких Чемпионатов, какой прошёл в Харькове.

ЛАЙТ-КОНТАКТ. Как известно, не был бы человек человеком, если бы его не привлекали крайности. На чемпионате сразу можно было заметить, что помимо «ориентала» и фулл-контак-

та, где шла бескомпромиссная рубка между бойцами, взгляд притягивает элегантность, лёгкость, техничность исполнения в семи- и лайт-контактах. **Семи — это шахматы единоборств, лайт — это мастерская техники.** Красота тактического боя или жёсткий контакт — дело вкуса.

В лайт-контакте стали Чемпионами: Игорь Максименко, МСМК, Украина, Харьков; Хомко Максим, МС, Украина, Харьков; Литвиненко Сергей, МСМК, Россия, Краснодар, Никита Радионов, Украина, Харьков. Судейская бригада: судья Виктор Крамаренко, МС СССР по боксу, заслуженный тренер Украины по кик-боксингу; лучший рефери — обладатель III-го дана кэмпо Борис Сушинский.

СЕМИ-КОНТАКТ. Здесь велико значение судей, поскольку по правилам происходят остановки после каждого действия и учёт чистых попаданий, поэтому нужно отдать должное квалификации главного судьи — Алексею Повелице, МС Украины, судье НК, а также должное мастерству рефери раздела семи-контакта — Алексею Казанцеву, судье МК, лучшему рефери чемпионата

«Выше силы нет ничего, кроме умения владеть ею».
Ж. П. Рихтер

Европы 2007г. в Будапеште. В этом разделе из спортсменов так же отличились: Сарджвеладзе Руслан, Украина, Харьков; Стамбулян Саркис, Украина, Першотравенск; Абшилава Георгий, Украина, Харьков; Литвиненко Сергей, Россия, Краснодар.

Самый юный чемпион — Водотыка Ярослав, 2000 г.р., Украина, Харьков.

Тряхнули опытом «ветераны»: первое место — Алексей Повелица, второе — Михаил Дёмин.

Сольные композиции. Когда видишь «соло» в исполнении белорусских спортсменов, невольно соглашаешься, что кик-боксинг — это искусство. «Соло» завораживает и притягивает. Именно тогда, когда ты смотришь на исполнение Борель Марии и Хаковой Юлии, понимаешь: «Красота спасет этот мир».

Самооборона. Если сравнить «соло» и самооборону — это как неугасимое пламя и неумолимость надвигающегося ледника, душа и тело. «Соло» — демонстрация искусства, а самооборона — демонстрация реал-файта.

Основное правило бойцовского клуба, помни не разглашать правила бойцовского клуба: «Борись, борись, борись... пока ты борешься от тебя в этой жизни, что-то зависит, когда ты бросил тебе уже не возможно помочь...

Fight! Fight! Fight!!!



Семи-контакт Атакующее действие рукой проводит Кононенко Виктор, мс Украины, Крым. Победу в этом поединке одержал Реусов Виктор, чемпион Украины, серебряный призер Кубка Мира среди юниоров



Тим-файтинг В белом Дорошенко Дмитрий, чемпион Европы, мсМК, в черном Такидзе Эльдар, чемпион Украины среди юниоров, победитель Кубка Мира среди юниоров, кмс. Рефери Казанцев Алексей



Сольные композиции
Борель Мариям



Сольные композиции
Хакова Юлия



Организаторы турнира награждают памятным подарком от Международной лиги кикбоксинга мецената турнира Владимира Сенчука



Ориентал. Слева — сильнейший боец раздела Катыхин Владимир, мс по тайскому боксу, чемпион Украины по тайскому боксу, чемпион мира по кик-джитсу, Харьков.



Раздел «Ориентал»



Фулл-контакт, юниоры-девушки



Ориентал. Классическая комбинация для «ориентала»: защищаясь от лоукика, спортсмен переходит в контратаку, наносит удар левым коленом, в прыжке правым коленом отправляет соперника в нокаут.



Контратака Литвиненко Сергея, лучшего бойца раздела, мсмк России, Чемпион Европы по таеквон-до ИТФ.



Атакует Сергей Рубель, мс, бронзовый призер Чемпионата Мира



Победитель Литвиненко Сергей:
«Опыт побеждает молодость»



Оргкомитет: Булыгин Михаил, Миканов Николай,
Должиков Александр



Слаженная работа судейской бригады. Справа рефери Борис Сушинский. Боковые судьи (слева направо) Игорь Усков, кмс и Андрей Плохих, Чемпион Украины



Главный судья раздела «Ориентал» Игорь Терещенко
и главный судья Рихат Саяпов



Спортсменка ДЮСШ «Импульс» СК «Сафари», врач
Алла Плотникова, секундант Ольга Кохановская



Текст Дмитрий Змиенко
Фото Елена Корсун

Вес тренерского слова — преимущество, которое всегда с тобой



Эксклюзивное интервью с главным судьей Чемпионата СНГ и стран Балтии по кикбоксингу Саяповым Ришатом Салимовичем.

**«Один добытый опыт важнее семи правил мудрости»
Саади**

Ришат Салимович Саяпов

Главный судья соревнований, судья международной категории, мастер спорта СССР по боксу, заслуженный тренер России по кикбоксингу, вице-президент Международной лиги кикбоксинга, гендиректор Общероссийской федерации кикбоксинга

СЛОВО УЧИТЕЛЯ

Ученик: «Учитель, почему Вы теперь отказываете мне в своей науке?»

Учитель: «Мне нечему тебя больше учить. У тебя теперь два новых учителя».

Ученик: «Не может быть. Кто это?!»

Учитель: «Это твой первый бой, в котором ты выиграешь.

И твой первый бой, в котором ты проиграешь. Только они тебе могут дать то, чему научить нельзя.

А какой Ты получишь урок, можно узнать, только встретив своих Учителей.

Иди, тебя уже ждут».

О преимуществах и не только

Ришат Салимович, как Вы считаете, какие двери в мире единоборств откроет этот турнир участникам соревнований?

— Победа на турнирах придаёт уверенность в собственных силах, а это — психологическое преимущество в любой жизненной ситуации, будь-то воина-спортсмена или функционера. Я и в приветственной речи на открытии чемпионата пожелал ребятам, чтобы они одержали победу не только в спорте, но и в жизни. Единоборства — это такой, знаете ли, внутренний стержень. Зачастую сталкиваешься с распространённым мнением, зачем боевое искусство сегодня? Чего проще, — вытащил нож, пистолет и всех одолел. Только судите сами, пистолета ведь может и не оказаться в нужный момент или чего «не доброго» он как раз и окажется, но у кого-то другого, а не у Вас, и что тогда?!

Психологическое преимущество в экстремальной ситуации однозначно на стороне человека, обладающего боевым искусством.

Другое дело, в чьи руки попадает это искусство? Не главное научить, важен и воспитательный момент, это всё равно, что дать оружие, которое уже ни когда не отберёшь, поэтому надо осторожно подходить к этому вопросу. Желательно давать в руки тем, кто будет пользоваться им во благо.

Как вы думаете, почему к вам идут дети, мало того, почему сюда их ведут взрослые, ведь ваш спорт считается достаточно травмоопасным?

— Думаю, что родители считают это наилучшим способом — научить ребёнка защищать себя по жизни. Внутреннее ощущение уверенности в собственных силах. Может, правда, это умение у каждого существует от природы, как моргание или реакция на опасность, когда один отпрянет от неё вперёд, а другой назад. Но более сильным себя ощущает тот, у кого за спиной ►►



багаж навыков и умений, опыт побед и, как не странно, поражений. И что больше научает, ещё не известно.

Панацея от чумы

Ришат Салимович, данный турнир проходит в рамках программы борьбы со СПИДом и наркоманией. В чём связь между спортом и бичом XX и XXI веков?

— После того как СССР канул в Лету, где были мощный спортивный комплекс, кружки, детские и юношеские организации, которые отвлекали детей от «улицы», то теперь на самом деле единственной альтернативой и той силой, которая сегодня противостоит улице, остаётся только спорт.

Слово о тренере

— Зачастую тот тренер, который становится педагогом-руководителем, ему спортсмены верят больше, чем учителям и родителям.

Почему вы так считаете?

— Родителей не выбирают, учителей в школе слушаться доводится по неволе, а к тренеру ведёт личный выбор и интерес. Потому-то тренер и становится непререкаемым авторитетом. На себе испытал. Произошла со мной удивительная история, я вам расскажу. Дочь у меня занимается другим видом спорта, не кикбоксингом, я стал ей делать замечания, мол не так она относится к подготовке. Она мне отвечает: «Нет, папа... а у меня тренер... И он сказал так и всё!» Я обомлел: «Дочь, извини меня... Но с моим багажом, опытом тренера, регалиями и званиями, а у тебя тренер ещё молодой...» И тут понимаю: «Стоп». Да я ей сам в воспитательных целях не раз говорил: мнение тренера важнее, чем её... Я оказался на распутье. Знаете, так и не смог переубедить, не только как отец, но и тренер более высокого ранга.

Поистине говорят: «мы учим детей других людей, как своих, в то время, как наших собственных учат чужие люди».

— Да, видимо так.

«Праздник, который всегда с тобой»

Мы часто посещаем различные состязания, но только на вашем чемпионате нам довелось увидеть кроме взрослых спортсменов такое огромное количество юниоров. Почему вы делаете ставку на детей, ведь они из себя пока ничего не представляют как спортсмены?

— Знаете ли, у нас привыкли, что контактные виды спорта наиболее зрелищны в тяжёлых весовых и старших возрастных категориях, но это стереотипы мышления. Если вы присутствовали на нашем турнире от начала до конца, то вы не сможете не согласиться, что дети тоже демонстрируют красоту кикбоксинга, только он у них несколько другой, чем у взрослых. На мой взгляд, любая победа хороша и по-своему прекрасна. От старого мировоззрения пора уходить.

Не скрою, многие относятся с неким пиететом к детям. Конечно, приятно и радостно, что совсем кроха уже хочет тренироваться, упорно лезет в бой. Но мы, я, и все те люди, кто меня окружают, хотим внести другое отношение к спорту. Совсем не такое, как было раньше, да и то, что, порой, и сегодня остаётся в России и Украине по сей день. Видимо это нас и спланивает. Мы хотим вернуть в любительский спорт ощущение праздника.

Это отношение и есть будущее нашего спорта — эти люди, это мировоззрение. Представьте, к примеру, когда маленький мальчик встречается с более рослым на ковре и тот не пытается его обязательно посильней ударить, чтобы отправить в нокаут, а будет стараться обыгрывать его по очкам. И тогда ему отдадут победу, которую он добыл красиво, а не любой ценой. Вот это и будет хорошо. Главное — это то, что дети к нам идут, и значит мы на правильном пути. Кстати, вам известно, что в Европе и в Мировячески блокируют детский и юношеский бокс, а в кикбоксинге — фулл-контакт. Там только семи-контакт, лайт, поэтому и несколько другой кикбоксинг. Это то, что нам бы хотелось привнести в наш спорт.

О вкусах и красоте

Скажите, вам, лично что ближе фулл-, лайт-... или ещё какой либо вид контакта?

— Это как посмотреть, моё предпочтение пребывает как бы на разных полюсах. С большой симпатией отношусь к «ориенталу» — это достаточно новый вид единоборств. Поскольку я занимаюсь организацией профессиональных боев и у меня есть профлига, интересует К-1. Есть такое распространенное мнение, что фулл-контакт — это «плохой бокс с поднятием ног», тай-бокс — очень много борьбы плюс, ко всему прочему, в мир он вошёл как составляющая этнообразующей идеи Тайланда, а такой подход всегда ограничивает возможности широкого распространения. А вот К-1 довольно популярный во всём мире, что открывает огромные перспективы нашим спортсменам.

С другой стороны, я большой поклонник сольных композиций. Вы их могли наблюдать на открытии чемпионата: музыка, акробатика, демонстрация технического совершенства. Это, бесспорно, великолепнейшее зрелище. Конечно и девушкам и ребятам присуща своя боевая техника, но зато они и не получают травм в сольных композициях. Да и просто «соло» — это красиво. Первый раз я столкнулся с этим по истине феноменальным явлением на чемпионате в 1993 году и с тех пор мои симпатии находятся на двух полюсах: «соло» и К-1.

Профессионально о любительском

Что это за новое отношение к спорту, о котором вы упоминали, не могли бы рассказать подробнее?

— Моя позиция кардинально чёткая: между любительским и профессиональным спортом должна проходить чёткая граница. У нас же... этого не наблюдается и, по-моему, это большой минус. Правда, сознаюсь, так досконально об этом журналистам я ещё не говорил, да и не все то это и хотят слышать.

Что у вас есть какая-то концепция, которая вам позволяет так уверенно говорить о недостатках нашей спортивной системы?

— У меня, прямо скажу, сугубо современная позиция. Это целое мировоззрение, новый менталитет, если хотите. Так как было прежде и до сегодня остается и проповедуется как в Украине, так и в России. Соревнования — это бескомпромиссная борьба за награды, за титулы, звания... и т.д. Но надо чётко понять, что существует любительский спорт, куда не надо вносить эти звания «КМС», «МСМК»... Где нужно победить во чтобы то ни стало, и наши любительские соревнования превращаются в некое «вырывание», «выцарапывание когтями и зубами» регалий и титулов. Хочешь не хочешь, а именно это, с моей точки зрения, и ведёт к различного рода злоупотреблениям в любительском спорте. Я, когда окупился в мировой и европейский спорт, понял, что от всего этого надо дистанцироваться и очиститься, это наносное. Не главное, кто победил, — это праздник для всех: и победителей, и уступивших. Да и потом, проигравший должен, как заведено по традиции, после боя искренне благодарить, а не сожалеть об упущенной возможности. В нашем же спорте зачастую проигравший бежит к судье: «...меня засудили», пишет апелляцию и т.д. и т.п.

У нас это ещё и стимулируется званиями, регалиями и истинный момент праздника исчезает. Для чего тогда профессиональный спорт и где грань? Есть же профессиональная лига, он строится как бизнес, со своим уставом и порядком, где всё идёт своим чередом: есть свои стимулы и штрафы, есть те, кто призваны следить за тем, чтобы не было злоупотреблений. Это, правда, не значит, что государство не должно его датировать, потому как это тоже сфера спорта.

О кикбоксинге

Как вы считаете, кикбоксинг — это массовый или элитарный вид спорта?

— Пролетарский (смеётся), впрочем как и бокс... Привить эдакую элитарность пытались каратэ и тхэквондо. Где делалась ставка на грандов, на мастер-грандов, на дорогостоящие занятия, на этом строится хороший маркетинг.

О турнире

Давайте перейдём ближе к менеджменту. Поделитесь секретом, как организовать такое крупномасштабное спортивное мероприятие как Чемпионат СНГ?

— Какой уж тут секрет (лукаво улыбаясь). Работа. Секрет в долгой многолетней работе и главное — хорошей команде единомышленников. Например, Владимир Радионов, один из членов этой команды. Дело в том, что изначально чемпионат должен был проходить в Армении, но в последний момент выбор свой остановили на Харькове. И все трудности, которые попутно возникали по организации, легли на плечи непосредственно Володи. От его частной инициативы очень многое зависело. Тяжело зародить энтузиазм у официальных структур, но у Владимира Радионова это очень хорошо получается. У нас пролетарский вид спорта и на него не очень то уж оглядываются инвесторы и спонсоры. Согласитесь, чтобы получить поддержку от официальных структур даже в рамках программы борьбы со СПИДом и наркоманией, нужно грамотно подать материалы заявки и только тогда вам с радостью пойдут на встречу, и всё это в последний момент. Так что тут надо должное отдать Владимиру. Я очень переживал, учитывая статус чемпионата, когда не привлекаются бюджетные активы, нет официоза, но думаю, что в целом всё прошло удачно и представительно. Возьмём, к примеру, чемпионаты с таким статусом как «Евро 2012». И сразу всё понятно: и с финансированием, и как финал представляется. Совершенно же другое дело, когда организация такого турнира, как Чемпионат СНГ, возложено на общественное движение и неизвестно, это за бюджетные деньги, толи спонсорские, толи из собственного кармана организаторов, и вот такое грандиозное мероприятие удачно прошло. Я кланяюсь в ноги всем организаторам, тренерам, участникам, их родителям, руководителям региональных федераций.

Чем большее количество стран-участниц, тем престижнее турнир и мы всегда этого добиваемся. Ведь чем признаннее турнир, тем больше то чувство, которое испытывает участник и тем более победитель чемпионата — гранд-чемпион.

Откровение турнира

Какие открытия вам преподнес чемпионат в этом году? Какая-нибудь школа удивила, заинтересовала, порадовала?

— Да, нет... хотя, пожалуй, совру. Удивила молдавская федерация. Они никогда так массово не заявляли о своих притязаниях на победу в командном зачёте, всё больше это были отдельные спортсмены, которые побеждали в каком-то конкретном весе. В динамическом, тактическом, в спортивном да и в финансовом плане они уступали многим, а сегодня нужно констатировать, они совершили некий рывок. Потому мы ощущаем необходимость как-то поддержать Молдову и на следующий год, скорее всего, чемпионат СНГ пройдёт в Кишинёве.

О Харькове

Вас не устраивает уровень проведения чемпионата в Харькове?

— Это стремление соответствует и мировой и европейской практике, когда каждый следующий чемпионат проводят в другой стране, так что вы меня неправильно поняли.

А Харьков будет оставаться базовым для проведения турниров?

— Да, безусловно, будет оставаться. Конечно же, это не будет чемпионат СНГ. Сейчас некий тендер образовался: Армения, Молдова, Россия (2-й год подряд претендует), но в целях развития кикбоксинга склоняемся к проведению чемпионата в Кишинёве. А вот что за турнир и какого ранга пройдёт в будущем году в Харькове... поработаем, подумаем, — увидим. Согласитесь, ведь это здорово, когда турнир проходит в столь современном зале, какой предоставил «Локомотив». Да и чего таить, и спортсменам приятнее, тем более что не все занимаются в столь шикарных залах, но приезжая на чемпионат, спортсмены должны

увидеть уровень того вида спорта, который они выбрали. Проводя соревнования такого размаха, мы своим воспитанникам сразу демонстрируем уровень, которого они должны быть достойны.

А почему на Украину и именно на Харьков пал ваш выбор для проведения чемпионата?

— Во-первых, есть команда, на которую я здесь могу опереться. Географическое расположение, — многим участникам сюда удобнее добираться. Современный зал. Кроме того, именно к этому городу у меня есть некое личностное отношение.

Это что-то настолько личностное, что не подлежит разглашению или поделитесь секретом, в чём прелесть Харькова, даже в столь серьёзном деле?

— Да не секрет. К Украине и Харьков у меня есть особое отношение, не только как организатора турнира... Один из учеников, которые у меня тренировались ещё в первой моей группе, встретил девушку из Харькова — полюбил, женился. Теперь всячески помогает. И в организации турнира в том числе, так что вот такая вот романтическая история.

Борьба и женщины извечные двигатели истории. Да, невольно убеждаешься в правоте французов: «шерше ля фам»? Найдете в Харькове.

Слово о команде

Если серьёзно, и вернутся к разговору о команде, где ещё у вас надёжная команда?

— В Армении. В России — Старый Оскол, там новый дворец спорта европейского уровня: несколько залов, гостиница прямо внутри, развлекательные центры там же и т.д. Конечно, кому-то достаточно определённого уровня, а кто-то согласен расти и достигать вершин, наверное, как и в любой работе. Такие вот Харьков и Старый Оскол. Во втором нашли спонсора — градообразующую компанию, но ведь это же надо было найти, не правда ли?

Интересное совпадение, не правда ли, ведь они и находятся не далеко друг от друга?

— Многим удобно добираться именно сюда, в Харьков, да и конкуренция, знаете ли, способствует развитию и спорта, и этих двух спортивных центров.

О современном тренере

А кем, на Ваш взгляд, должен быть современный тренер?

— Я думаю, что СССР нам оставил огромный минус в том, что многие тренеры растерялись практически по жизни. Это не практично и не правильно, сейчас мало тренировать спортсменов, а надо уметь решать и какие-то финансовые вопросы, «пробивать» и доказывать, что это перспективно и выгодно вкладывать деньги в спорт. Нужно уметь заниматься PR-ом того, что ты делаешь, формировать PR-клуб.

А у вас есть реальные живые примеры?

— А тут далеко ходить не надо. Владимир Радионов, клуб «Владибор», — мобильный и адекватный молодой человек новой формации с современным мышлением. Вырос из спорта, преуспевающий бизнесмен.

Видите, может мне и хотелось бы бросить пару фраз и убежать назад к судейским заботам к рингу, но я надеюсь, что беседа с вами — это тот кирпичик в фундамент будущего мероприятия. С надеждой, что оно окрепнет и станет более значительным. Вместе с «Владибором», Радионовым и кикбоксом.

О зрителях

Кто ваш зритель? Ведь, чтобы уследить за происходящим на трех коврах, ринге, — тут, по меньшей мере, нужно быть или гроссмейстером одновременной игры на нескольких досках или конкретно в ком-то заинтересованным?

— Я думаю, наш зритель потенциальный занимающийся. А насчёт ковров и ринга одновременно... Наш зритель как раз в выгодном положении — он может наблюдать сразу всё многообразие и выбирать, что ему ближе: К-1, ориентал, семи или сольные композиции. ■

Беседовал Дмитрий Змиенко

Фото Елена Корсун

Как это делается в Харькове

Интервью с Владимиром Радионовым,
заслуженным тренером Украины по кикбоксингу, организатором
V-международного турнира «Владибор»
Чемпионата СНГ и стран Балтии по кикбоксингу в Харькове

**«Истинная слава состоит в том,
чтобы делать то, что достойно
быть описанным, и писать то,
что достойно быть прочитанным»**
Плиний Старший

Владимир, — спросил я довольно молодого и открытого человека, — ответьте, почему Харьков выбран для Чемпионата СНГ по кикбоксингу? Я всё вроде бы понимаю, но моему воображению мешают такие картины: блистающая суперсовременная Москва, древняя столица Руси — «мать городов русских» — Киев, почему местом проведения чемпионата не стали они, или, наконец, столица одного из Закавказских государств, столь сильно представленных в последнее время в контактных видах спорта? Почему Украина и именно — Харьков?!

Владимир Радионов выдержал паузу, внимательно глядя в пространство ринга, как будто увидев там будущее: своё, города, кикбоксинга... Как говорится, «человек, жаждущий ответа, должен запастись терпением. Человеку, обладающему знанием, приличествует взвешенность».

— Почему именно он, — Харьков? Почему не они, хотите вы знать? Забудьте на время вашу антикварную меру, выбросите из головы свои унылые стереотипы. И представьте себе деловой, динамично развивающийся город. Не отягощённый измышлениями и прожектами насчёт бюджетных средств. Если что-то очень нужно и важно, то это просто следует делать. Если это дело не прибыльно, то нужно его сделать таковым. Спорт сегодня это то, куда можно и нужно вкладывать. Можно, конечно, мечтать и ничего не делать, ожидая манну бюджетную, но это Харьков, и здесь так не делается. Не убедил? Хотите больше прагматики? Тогда просто возьмите список стран участниц (Россия, Украина, Белоруссия, Молдова, Грузия...), карту и линейку и посмотрите по ж/д — куда всем добираться ближе и удобней. Самолётом сейчас много не налетаешь, а так формула проста: дорога + недорогое проживание + по-европейскому современный дворец спорта «Локомотив», и лещу себе надеждой, удачная организация и крепкая команда организаторов. А так же большое количество клубов и организаций развивающих и популяризирующих различные виды единоборств в Харькове, ведь помимо того, что в нашем турнире принимали участие практически все региональные федерации кикбоксинга, представляющие различные версии, в чемпионате также берут участие федерации кэмпо, джиуджицу, таеквон-до и т.д. Поистине, крупные турниры по кикбоксингу, с его количеством разделов, превращаются в фестиваль боевых искусств, где каждая школа и направление имеют возможность проявить себя и доказать свое право на существование.

Таким образом, я могу с полной ответственностью заявить, что Харьков превращается в столицу единоборств.

С вашего позволения, я перечислю организаторов турнира: Международная Лига Кикбоксинга ILK, Харьковская областная ассоциация кикбоксинга, Управление по вопросам физической культуры и спорта Харьковской облгосадминистрации, спортивные клубы «Сафари», «Прюнель», «Владибор».

Немаловажно, когда есть поддержка не только спонсоров и общественных организаций, но и меценатов. Не могу не сказать отдельное спасибо: председателю благотворительного фонда «Червона стричка», депутату Облсовета — Владимиру Сенчуку, а также Олегу Рожкевичу. Харьков — это благодатное место для спорта.

С чего нужно начать, поделитесь секретом, чтобы организовать такой турнир?

— С начала. Требуется сразу определить, под чьим патронажем, какой международной организации проводить турнир, чтобы избежать не нужных тренировок. Видите ли, мир единоборств очень

заангажирован и не очень открыт, как бы хотелось, но чтобы могли участвовать спортсмены из различных федераций, нужно удачно выбрать лигу-организатора. Здесь нельзя ошибиться. В данном случае, выбор остановили на Международной Лиге Кикбоксинга ILK. В рамках этой глобальной структуры и был проведен нынешний чемпионат.

Насколько я знаю ментальность нашего города: «чтобы всё заворачивалось, нужно получить некий провластный одобрение», кто дал в этот раз «отмашку»? Поделитесь секретом, как получить поддержку от «отцов города»?

— В принципе, из опыта организации предыдущих турниров есть наработанные связи, да и ребята из «Союза Молодежи Регионов Украины» Коминтерновского района помогли выйти на серьёзных людей, на старших товарищей по партии. Поддержали турнир и общественные организации: «Молодые Регионы», «Вместе вперёд!», «Слобожанский выбор».

Вы знаете, это ведь для среднестатистического гражданина городская власть всего лишь безликие чиновники, но ведь и они заинтересованы в проведении спортивных мероприятий. Так, например, в рамках «Спорт против СПИДа и наркотиков» заинтересованы: Харьковский областной совет, Управление по вопросам физической культуры и спорта, а затем, когда вы определились, нужно просто грамотно подать заявку, всё подготовить и получить «зелёную улицу».

Вам не кажется, что за формально притянутым «Спорт против СПИДа и наркотиков», есть те, которые подвержены тому, что находится в рамках кавычек этой программы и есть те, которые занимаются кикбоксингом, — и это разные люди.

— Вы знаете, я бы мог излагать вам сейчас общепринятую точку зрения на эту проблему, мол, спорт отвлекает детей от улицы, где их подстерегают перечисленные пороки, и тому подобное... У меня есть на этот счёт свой взгляд, в прямом смысле «лоукиком против наркотиков!» Я сейчас поясню. Смотрите, с точки зрения физиологии, при проведении ряда боёв человеческий организм вырабатывает: адреналин, тестостерон, а получая такую желанную победу выделяется эндорфин, так называемый «гормон счастья», — вот это те самые естественные наркотики, вырабатываемые собственным организмом человека, которые являются альтернативой синтетическим суррогатам. Так что, будьте уверены, — спорт, он тоже «наркотик»! Только положительный и полезный для здоровья. (улыбается)

Скажите, а вы сами помните, когда был тот момент, когда вы сами вдыхали полной грудью упоение победой?

— Признаться такое не забывается. Первый раз это было 2003 год в Венгрии, в Будапеште, когда моя команда заявили о себе на европейской арене сразу как сильные соперники для любых фаворитов Европы, завоевав одну золотую и пять серебряных медалей. А также в 2004 году, всё в той же Венгрии, на кубке Мира в городе Нердьгаза, где мой воспитанник Роман Блудов встречался в финале раздела лайт-контакт с титулованным соперником и победил. Ощущение словами не передашь, — это надо только ощущать. Именно для этого и проводятся такие Чемпионаты, как тот, что мы проводим в Харькове.

Хорошо, Вы были организатором и координатором чемпионата в Украине и Харькове, а кто же занимался координацией в России, Беларуси, Молдавии, Грузии..., кто уведомлял в конце-концов, где и когда пройдёт чемпионат? Другими словами, кто идейный вдохновитель?

— Огромная заслуга в том, что этот чемпионат существует и проходит на столь серьёзном уровне, — главного судьи турнира и вдохновителя Ришата Саяпова. Его авторитет и многолетние деловые и спортивные связи в мире единоборств сыграли немаловажную роль в подготовке и проведении.



Инициаторы турнира Владимир Радионов и Ришат Саяпов

А как, Вы, познакомились с Ришата Салимовичем?

— Обычная история в мире спорта, я встречался в финале чемпионата Европы со спортсменом из России и проиграл, а Ришат Салимович был представителем Российской сборной, — так мы и познакомились.

Можно сказать «проиграл финал, чтобы теперь выиграть чемпионат»?

— Думаю точнее и не скажешь. Как в единоборствах — пропущенный удар еще не означает проигранный поединок.

Со слов Ришата Салимовича можно было понять, что Вам пришлось готовить турнир в экстренные сроки. С какими основными трудностями вам, как принимающей стороне, пришлось столкнуться?

— В основном с расселением участников, я просил и через Интернет и по телефонам подавать заявку хотя бы за три дня до состязаний, но у нас же у всех в крови надеяться на русское «авось». К примеру, некоторые команды своим приездом нас поставили перед фактом.

Вам удалось справиться с этими трудностями?

— Ну, а как вы думаете, если бы не справились с трудностями, смогли бы ребята из России и Молдавии столь успешно выступить? (улыбается)

По словам Ришата Салимовича вы преуспевающий бизнесмен? Связан ли ваш бизнес со спортом?

— Преуспевающий бизнесмен? Это громко, я простое делаю свое дело. Помните, в начале нашей беседы я говорил о том, что в спорт можно и нужно вкладывать. Я рад, что не один я так думаю и делаю. Например, мои друзья по спорту из концерна «Сафари». Руководитель Александр Попов, в бывшем яркий спортсмен и сейчас успешно выступает среди ветеранов на международной арене, собрал мощную команду тренеров, создал одноименный спортивный клуб, открывает новые спортивные комплексы и залы, принимает участие в организации спортивных проектов. И это здорово. Да, мой бизнес начинался по-разному, но сейчас он связан со спортом. У нас ещё сохраняется советская ментальность, что зарабатывать на чём-то подобном не хорошо. Но я считаю, что каждый человек должен заниматься своим любимым делом, которое приносит ему моральное удовлетворение. И если он делает свое дело хорошо, то удовлетворение должно быть и материальным. У нас что, кто-то сегодня готов работать за бесплатно и делать это хорошо?! Если я не прав, и вы готовы не думать, а именно делать иначе — «можете первыми бросить в меня камень». Вам понравился Тим-файтинг (командный семи-контакт)? А если да, то это хорошо сделанная работа и она должна быть достойно вознаграждена.

Вы хотите сказать, что на Чемпионате присутствовал призовой фонд?

— Да, пусть не такой большой, но 5000 гривен тоже деньги.

Не такой большой, как хотелось бы?

— Нет, как в Европе, но он был, и это должно входить в хорошую традицию Чемпионатов и на пост-советском пространстве.

Вы знаете, с другим отношением к турнирам по кикбоксингу я столкнулся впервые на чемпионате и кубке мира. Там это празд-

КИКБОКСИНГ

ник, шоу. Что меня поразило, так это то, что спортсмены в некоторой степени даже модничают один перед другим. И нам нужно выводить спортивные мероприятия из полуподвальных тренировочных залов и проводить их в просторных дворцах спорта. Как раз поэтому я и стремлюсь каждый организуемый турнир превратить в нечто яркое, красивое, оригинальное.

Откуда стремление к красивой форме, атрибутике, обёртке что ли?

— Это как раз проще. Во-первых, форма сама по себе будет подстегивать содержание, во-вторых, я работал какое-то время дизайнером и этот опыт заставляет подходить креативно, наполняя смыслом и формальную сторону турнира. Отсюда награды, дипломы и плакаты, и футболки... поэтому всё выдержано в единой стилистике.

Вы зря думаете, что содержание нас не беспокоит. Мы стараемся вносить что-то новое из Европы и пытаемся вернуть то хорошее старое, которое было в советском спорте, к примеру, спортивные учебно-тренировочные лагеря. Что плохого в том, если спортсмены и отдохнут и интенсивно потренируются на морском побережье?

Когда же вы всё успеваете и здесь на чемпионате, и со своими ребятами, и организаторские функции выполнять?

— Хорошая организация всегда держится на людях. Здесь на чемпионате мне помогали очень квалифицированные секретари соревнований — Вика Фомина и Дмитрий Степанов (Харьков) и конечно главный секретарь — Ольга Кожевникова (Москва). Когда же своих ребят вывожу на соревнования, мне помогают «мамочки» (родительская тройка) — низкий поклон им за помощь.

Точка зрения Ришата Салимовича нам известна, теперь бы мы хотели узнать Ваше мнение, — кикбоксинг элитарный или массовый вид спорта?

— А это с какой стороны посмотреть, если брать кикбоксинг в целом, то массовый, но если же взглянуть на разные разделы в кикбоксинге, то найдёте и тот, который, по крайней мере, может стать элитарным. Обратите внимание на командный семи-контакт. Это своего рода — шахматы в кикбоксинге. В семи-контакте делают остановку после каждого действия, ставка на чистые попадания. Здесь у тренера есть возможность проявить свои стратегические таланты. К примеру, на предыдущем турнире у меня была команда из 3-х человек: «тяж», «средний вес» и «легкий вес». Смотрю, мой «тяж» «нахвтал» от соперника, тот высокий был, вот я в следующем круге и выставил против их высокого спортсмена своего легковеса, который перешёл сразу на нижний уровень, став очень не удобным противником, сравнивали счёт, а затем мой «средний» принёс нам победу. Семи-контакт очень элегантен и это техничный вариант кикбоксинга, который имеет все задатки элитарности, что проверенно в Европе.

Другими словами, перефразируя англичан в отношении Ми-5: «Кикбоксинг — жёсткая вещь, именно поэтому им должны заниматься настоящие джентельмены»?

— Именно так, и я думаю дальше развивать это направление в Украине, как в прочем и Ориентал, за которыми, на мой взгляд, будущее кикбоксинга. И не только у нас в городе и стране.

P.S.

Теперь, дорогой читатель, Вы знаете всё, — кто первый произнёс: «Харьков — столица единоборств». Это был Владимир Радионов, во всяком случае, на страницах нашего журнала он был первым. И теперь Вы точно знаете, почему он назвал Харьков, а не Киев, Москву или Ереван... ■

Беседовал Дмитрий Змиенко

Фото Елена Корсун

ПАМЯТКА

МС — мастер спорта

КМС — кандидат в мастера спорта

МСМК — мастер спорта международной класса

СМК, судья МК — судья международной категории

Судья НК — судья национальной категории



VII МЕЖДУНАРОДНЫЙ ТУРНИР НА ПРИЗЫ БРАТЬЕВ КЛИЧКО

Международный турнир на призы братьев Кличко является крупнейшим соревнованием среди боксеров-любителей на всем постсоветском пространстве.

Турниры проводятся с 2001 года. К участию в соревнованиях допускаются спортсмены возрастом от 18 лет. Соревнования проводятся в соответствии с действующими правилами AIBA, с выбыванием спортсмена после первого поражения в следующих весовых категориях: 48, 51, 54, 57, 60, 64, 69, 75, 81, 91, 91+.

Подведением итогов любого турнира является его финал. И именно от того, как пройдет финальная часть турнира, зависит то, насколько яркими останутся впечатления его гостей, зрителей и самих участников.

И, 21 апреля, киевский «Дворец Спорта» стал, без преувеличения, центром спорта и общественно-социальной жизни Украины, собрав под сводами действительно сильнейших боксеров, а также огромную, и, главное, благодарную публику, ставшую свидетелями не только бескомпромиссного противостояния бойцов в ринге, но и красочного шоу.

Пресс-конференцию, на которой подводились итоги турнира, открыл **Виталий Кличко**:

«Этот турнир и турниры, которые проходят при поддержке и патронате благотворительной организации «Фонд Братьев Кличко», являются очень важными, как для мира спорта Украины, так и для других стран. Этот турнир стал знаковым событием в спортивной жизни не только Украины и завоевав свое почетное место среди соревнований мирового уровня. Именно здесь для многих спортсменов начинается их путь к победам на чемпионатах Европы и мира, приводя к самой желанной и престижной победе для каждого спортсмена, — победе на Олимпийских Играх. Этот турнир выражает главную суть бокса



— бескомпромиссность поединка, в котором победителем становится сильнейший. И главное, что этот турнир вышел на новый, более качественный уровень, заложив более высокие стандарты проведения подобных соревнований как у нас, так и во всем мире».

Также Виталий Кличко поблагодарил организаторов турнира и людей поддержавших его, за проведенную работу.

Теперь о том, что же происходило за заполненной до краев арене «Дворца Спорта». Действие финальной части турнира было разделено на две части: спортивную



и развлекательную. Спортивная часть вот уже седьмой год остается неизменной — это одиннадцать поединков, без сомнения, сильнейших боксеров мира. Развлекательная часть — красочная и наполненная конкурсами и экшеном шоу-программа. Было заметно, что организаторы турнира стремились внести в арену и передать зрителям саму суть и понимание бокса.

ИТОГИ ПОЕДИНКОВ

В весовой категории до 48 кг украинец **Артем Далакян**, со счетом 20-12, победил представителя Грузии **Звиади Хадури**.

В весовой категории до 51 кг встретились украинские бойцы. **Георгий Чагаев**, со счетом 22-16, одолел **Алексея Джункивского**.

В весовой категории до 54 кг состоялось противостояние Великобритании и Узбекистана. Здесь победу со счетом 14-9 праздновал представитель туманного Альбиона **Джо Мюррей**. Его соперник **Туламбой Даниеров** слишком грязно вел бой, за что и лишился четырех очков, что и решило исход боя в пользу британца.

Белорус **Хаважи Хацигов** праздновал победу в весовой категории до 57 кг, где со счетом 20-3 переиграл боксера из Узбекистана **Абдугаффора Умарова**.

В весе до 60 кг украинец **Александр Ключко** победил со счетом 16-2 узбекского боксера **Бекзота Хидирова**.

Представитель румынской школы бокса **Георге Йонут**, взял вверх в весовой категории до 64 кг, победив со счетом 12-7, **Дархана Аширова** из Казахстана.

В весовой категории до 69 кг, **Давид Табатадзе** из Грузии победил, со счетом 21-10, **Дилшода Махмудова** из Узбекистана.

Грузин **Георге Накани** праздновал победу над румыном **Гаврилом Роналдом**, который сам снялся с соревнований.



Виталий Кличко вручает приз победителю в весе до 81 кг Исмаилу Силаху



Слева направо: Министр по делам семьи, молодежи и спорта Виктор Корж, Почетный чемпион мира по версии WBC Виталий Кличко, соорганизатор турнира, глава совета директоров холдинга Немиров Александр Глусь

А в весовой категории до 81 кг представитель украинской школы бокса **Исмаил Силах** деклассировал боксера из Узбекистана **Аббоса Атоева**, со счетом 24-5. Исмаил отдал должное мужеству своего соперника, любезно позволив ему выйти из ринга, приподняв канаты.

В весовой категории до 91 кг победу, в виду явного преимущества, праздновал украинец **Сергей Пивоваренко**, сначала деклассировавший, а затем и разбивший наголову своего визави из Узбекистана **Эльербека Гуломова**.

В весовой категории свыше 91 кг зрители увидели украинское дерби, в котором, со счетом 27-14, победу праздновал **Вячеслав Глазков**, вышедший победителем в жестком противостоянии с **Виталием Михеенко**.

Награждение победителей финалов осуществлял Виталий Кличко, к которому присоединялись почетные гости турнира.

Окончание турнира было одновременно радостным и печальным. Радостным, потому что все получили удовольствие от напряженных и зрелищных поединков, приятной шоу-программы, что и сделало субботний вечер действительно ярким и незабываемым. А печальным, что этот праздник, а их в нашей с вами жизни не так уж и много, закончился.

Впрочем, судя по словам Виталия Кличко, который закрыл турнир словами благодарности в адрес участников турнира, его организаторов и гостей — **праздник спорта не заканчивается.** ■

Материалы предоставлены пресс-службой Виталия Кличко



САГА О БЕРСЕРКЕ

**IV ОТБОРОЧНЫЙ ТУРНИР ПРОЕКТА
«ЧЕСТЬ ВОИНА — 2007»,
11 МАЯ 2007, ХАРЬКОВ,
ДС «ЛОКОМОТИВ»**

**«Вставайте рано,
если хотите быть богатым
и предупредить своего врага.
Когда волк спит,
то останется без добычи,
а сонливый человек —
без победы».**

**«Старшая Эдда», XII век
Гаве-мааль — «Заповеди Одина»**

Прежде чем создать этот мир «Чести Воина», Он — Жребий Всевидящего, посетил гигантов, устроил испытания сильнейших и на кого пал его перст, прекраснейшие валькирии влекут этих героев с полей побед в чертог Вальхаллы, 540 дверей открыты им в великолепном дворце, их ждут... Прийдя в этот мир как воин, ты без оружия победишь медведя. Его душа вселится в воина и он станет берсерком — человеко-медведем.

«Иди, присоединись к трём братьям своим, ты, который был ужасом для самых прославленных бойцов; герои, обитающие здесь, будут с тобой в полном согласии, и ты будешь упиваться славой в сообществе бессмертных». Возьми кубок, охраняемый ситами равнин и черпай до краёв — Победу Рогнарёк.

Кто он, Жребий Всевидящего? Беднов Игорь Витальевич. Пароль? — «Честь Воина». Ответ: Кто следующий?... Проходи.

ПЕРВЫЙ ПОЛУФИНАЛ. Претенденты на Победу: красный угол ринга — **Юрий Горбенко**, 90 кг, 1980 г. р., г.Энергодар, СК «Профи»; чемпион Украины по тайскому боксу и ушу, чемпион СНГ по тайскому боксу. Синий угол ринга — **Станислав Звягольский**, 103 кг, 1978 г.р., г.Полтава, СК «Легион»; Призер Чемпионатов СНГ по тайскому боксу. На страже истины — рефери, — заслуженный тренер Украины, судья международной категории Петровский Олег Георгиевич.

I раунд настырно начал Звягольский, проверяя дробительными лоу-киками выдержку и ноги Юрия. Но Юрий достойный противник. Видимо, это привычная манера Стаса, — так начинать схватку, которая уже в первом бое сегодня ему принесла успех, это разведка боем и попыт-

ка болью сломать соперника. К ногам подключил левую руку, прямой над перчатками, зал ревёт, Юрий на колено упал на ринг. Остановка. Ничего. Юрий бросок — удача! Попытка провести второй, но Стас быстро перестраивается. Проходит правый джеб над перчаткой Юрия. Отсчёт не открыт. Но Юрий остановил бой, спустя мгновения. Гонг.

II раунд. Горбенко и Звягольский вошли в клинч, Юрий — попытка провести подсечку. Звягольский броском выходит из клинча. Подняты в стойки. До гонга взаимный обмен ударами. Звягольский работает, как ногами, так и руками, меняя уровни атак, пытается подключить колени, Юрий достойно держится, выцеливая свою удачу.

III раунд. Прошёл ровно, но Звягольский наносит два сильных удара, Юрий у канатов. Расчётливо клинчует Звягольского, тот пробует работать коленями, но грамотный клинч Юрия, клинч не пробыют. Развели. Бой. Юрий эффективно, но не эффективно, с разворота перчаткой по касательной цепляет Стаса, публика в восторге. Стас не долго оставался в долгу и вернул такой же с разворота, эффект — Юрий упал на колено, но видимо больше от неожиданности, чем от удара, ибо тот тоже был по касанию. Бой. Рёв трибун бодрит бойцов. Победу судьи отдали Звягольскому, но рингмейстер оценил работу Юрия интригующей паузой перед объявлением победителей.

ВТОРОЙ ПОЛУФИНАЛ. Красный угол — **Сергей Лашченко**, вес 99 кг, 1987 г.р., г.Павлоград, СК «Центр»; чемпион Днепропетровской области по тайскому боксу. Синий угол — **Ярослав Захаров**, 87 кг, 1987 г.р., Херсон, СК «Херсон»; Чемпион Украины по кикбоксингу и боксу.

I раунд. Ярослав сразу решил познакомить Сергея со своей левой. Открыт отсчёт. Но Сергей, похоже, ещё не осознал важность открытия, — рвётся в бой. Вкусив прелесть удара левой руки Ярослава, Сергей работает на отбой, и его прямой удар ногой из атакующего в первом бою, превратился в некий отталкивающий удар. Ярослав навязывает «рубку»: правой рукой пытается вывести на дистанцию для своего чёткого левого кросса, жестко ставя руку на цель, он бьет размашисто с оттягом.

II раунд. В бой, как в омут с головой, ринулся Сергей. Правый джеб и Ярославу открыли отсчёт. Ярослав пресенгует к канатам, Сергей его подсекает и Ярослав на полу ринга, ещё подсечка. Оба работают, стопоря удары ног соперника. Ярослав Сергея отжимает к канатам, где тот подключает колени. Ярослав рвет дистанцию и внешней стороной как-то изнутри на круговом движении наносит удар внешней стороной перчатки. Гонг.

III раунд. Сергей уже не столь эффективно наносит удары ногами, «подрасплывшись» — устали. Замах ноги Сергея, Ярослав его поймал, нанес удар. Сергей на канатах, отталкивая ногой Ярослава. Рефери не открыл отсчёт. Ярослав проводит правый кросс рукой. Рефери отсчит. Бой. Но поплыл Сергей, поплыл и сам останавливает бой. С явным преимуществом бой за Ярославом.

Момент истины. Финал. Красный угол — Станислав Звягольский. Синий — Ярослав Захаров. «Не вставай на тропе у медведя, который стоит так, как Мы, — в полный рост».

I раунд. Станислав Звягольский начал представляться Ярославу в привычной манере: давя мощными лоу-киками ноги, а вот знакомится с медвежьей силой левого кросса Ярослава явно не спешил. Весь раунд Звягольский отрабатывал лоу-кики по ногам, пытался работать коленями и даже прошел правый джеб. Зато Ярослав продемонстрировал уникальную способность пробивать любую защиту. Его рука проникала над перчатками, под перчатками, сквозь перчатки соперника.

II раунд длился не более 30 сек. Левый длинный кросс Ярослава валит соперника с ног. Отсчёт. Звягольский, после двойки правой левой, заваливается на колено. Сегодня Победа досталась тому, кто наречён по имени своему быть выше Славы — Ярославу Захарову.



Победитель турнира Ярослав Захаров

СЛОВО ПОБЕДИТЕЛЮ.

Ваши цели на будущее?

— Хочу достойно выступить на Спартакиаде, которая начнётся 23 мая.

Что вы хотите сказать нашим читателям?

— После предыдущего турнира «Честь воина», я упорно тренировался, что бы победить сегодня. Желаю всем упорства. (Желание победителя — закон! — прим.ред.).

Еще со страниц вашего журнала приветствую своего учителя и наставника Левандовского Эдуарда Ивановича, и желаю победы на Чемпионате в Греции!

«Иди присоединись к четырём братьям своим, ты, который был ужасом для самых прославленных бойцов; герои, обитающие здесь, будут с тобой в полном согласии, и ты будешь упиваться славой в сообществе бессмертных». Возьми кубок, хранимый слагами равнин и черпай до краёв — Победу. Рогнарёк.

Кто он — избранник Всевидящего? Пароль?! «Честь Воина». Ответ: — Кто следующий?... Проходи.

Текст Дмитрий Змиенко

Фото Андрей Филиппский

«ЖЕЛЕЗНАЯ РУБАХА» ВОИНА КУНГ-ФУ

Набивка в кунг-фу Школа цюань-шу

Одним из важнейших направлений в школе является тренировка на достижение твердости, т.е. повышение барьера чувствительности к боли. Все эти упражнения относятся к разделу «Железная рубашка». Ко всем упражнениям нужно подходить очень осторожно и без лишнего энтузиазма, т.е. во всем должна быть последовательность и умеренность («не навреди»).

ИНВЕНТАРЬ ДЛЯ НАБИВКИ (СНИЗУ ВВЕРХ)

- круглая палка (применяется при накатке голени и предплечья)
- деревянный молоток (для набивки туловища и пресса)
- связка в ткани (набивка всего тела)
- бамбуковая связка (набивка всего тела)
- ребристая палочка с подшипниками (для накатки голени и предплечий)
- дощечка (для набивки голени и всего тела)
- круглый пенек (для набивки ударных частей кулака и ребра ладони)



Прежде всего хочется предупредить всех тех, кто решил заняться набивкой своего тела, что это следует делать под присмотром опытного Учителя. Перед набивкой выполняются специальные дыхательные упражнения, чтобы не навредить своему здоровью. Также следует использовать специальные мази и настойки. Все виды набивок нужно начинать с похлопывания ладонью и постепенно увеличивать нагрузку на обрабатываемую поверхность.

Существует огромное количество тренажеров, с помощью которых можно осуществлять набивку. Но мы остановимся на некоторых из них.

Тренажер **«железная ладонь»** — это небольшая стойка с маленькой площадкой наверху. На площадку кладем мешок с наполнителем и производим по нему различные удары ладонью: внутренней и внешней стороной ладони, ребро ладони, «лапа леопарда», «лапа тигра»; локоть и т.д. Мешочки набиваем различными наполнителями — от песка до железной дробы. В зависимости от подготовленности, мешок меняют на более твердый.

Так же делают и с подвешенным мешком, только добавляются удары кончиками пальцев удары с захватом снизу.

Для набивки ударных частей кулака используют тренажер **«железный кулак»** (**«макивара», яп.**). На этом тренажере отрабатывается не только набивка, но и сам удар.

Следующий тренажер — **«Маджонг»**. Помимо набивки на нем отрабатываются блоки и комбинации ударов.

Для набивки голени используется **«накатка»** — круглая толстая палка.

Также используется **«бамбуковая связка»** — тонкие прутья бамбука, связанные в пучок. Такой связкой набиваются ноги, руки и все тело.

Для набивки голени можно использовать дощечку. Она надевается на руку и при ударе ногой типа «тань туй», дощечкой наносится удар по ноге. Этот вид набивки хорош еще тем, что позволяет одновременно отрабатывать и удар ногой.



Подвесной двойной столб — набивка голени



Мешок с дробью — отработка захвата «лапа тигра»



Тренажер «железный кулак» («Макивара») — отрабатывается ударная часть кулака, ребро ладони



Стойка с мешком — отработка «удара леопарда» (вверху), отработка удара «лапа тигра» (слева внизу), отработка упражнений «железная ладонь» (справа внизу). Обрабатываются все поверхности ладони



Подвесной мешочек — отбатываются удары кончиками пальцев (удар — захват снизу и другие упражнения «железной ладони») На тренажере происходит отработка упражнений «железной ладони»



Набивка голени при помощи дощечки и отработка ударов нагами



Набивка туловища бамбуковой связкой



Набивка предплечья бамбуковой связкой



Деревянный молоток — набивка пресса и всего тела



Накатка голени ребристой палкой
Накатка предплечья



Накатка круглой палкой предплечий



Накатка голени



Круглый пенек — набивка ударных частей кулака
Набивка ребра ладони



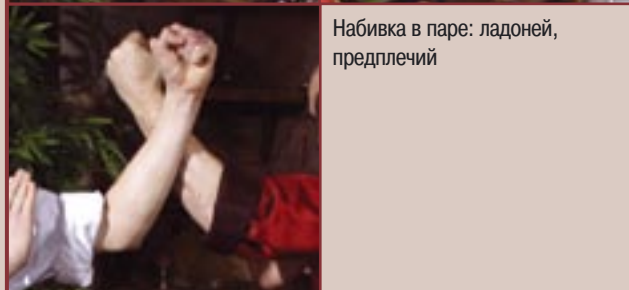
Набивка в паре. Голень набивается легкими ударами; в процессе совершенствования удары делаются все сильнее и сильнее.



Набивка в паре внутренней стороны предплечья «ударом тигра»



«Маджонг» — во многом универсальный тренажер. На «маджонге» отработываются не только удары и связки, но и набивка рук и захваты.



Набивка в паре: ладоней, предплечий



Набивка в паре с перемещением в стойках

Материал подготовлен Учителем-наставником Школы боевых искусств «БАЙ СИНЬ ДАО» Геннадием Торкаченко, тел. +38 (067) 902-72-94
Фото Андрей Филипский

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР

Дмитрий Дёмин

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

Олег Дёмин, Дмитрий Новиков

ДИЗАЙН И ВЁРСТКА

Анастасия Никонова

ДИЗАЙН ОБЛОЖКИ

Андрей Филиппский

В подготовке номера также принимали участие:

Анна Зеленская, Дмитрий Змиенко, Ольга Кальник, Елена Корсун, Евгения Куксинова, Сергей Семененко, Геннадий Торкаченко, Аркадий Шраер

Редакция благодарит всех спортсменов, участвующих в подготовке номера.

Отдельная благодарность:

Гончаренко Сергею, Музыке Л.П., Радионову Владимиру, Стрюку Александру

УЧРЕДИТЕЛЬ И ИЗДАТЕЛЬ

ЧП «Технологический Центр»

АДРЕС РЕДАКЦИИ

61052, Украина, г. Харьков, а/я 309

Телефон/факс: +38 (057) 730-32-92, (057) 750-89-90

САЙТ: www.martial-arts.com.ua**ЭЛЕКТРОННАЯ ПОЧТА:** martial.magazine@gmail.com

Свидетельство о государственной регистрации печатного средства массовой информации:

серия KB №11658-529P 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 спортклубам 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 10000 экземпляров.

Цена договорная.

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: (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

Крав Мага

«Крав Мага» — современное боевое искусство израильского происхождения, созданное для ведения боя на уничтожение.

Официально состоит на вооружении спецподразделений армии и разведки Израиля.

ПРОСТОТА, ЕСТЕСТВЕННОСТЬ,
РЕАЛИСТИЧНОСТЬ,
ЖЕСТКОСТЬ.



«Крав Мага» стала одним из немногих боевых искусств, прошедших реальную проверку в боевых действиях в 20 и 21 веках. В итоге доказала свою необычайную эффективность, надежность, и главное — простоту и быстроту при обучении. В конце 20 века была адаптирована для нужд гражданских лиц.

**Читайте
в следующем
номере**

