

Освобождение от удушения сбоку («галстук»)



1

Противник захватил вас правой рукой за шею сбоку. Такой захват крайне опасен, так как позволяет противнику произвести удушение и через некоторое время, в лучшем случае, вы потеряете сознание, в худшем — возможен летальный исход. Также при таком захвате возможно повреждение шейных позвонков. **(фото 1)**



2

Нанести удар правой рукой в пах слегка снизу вверх. Если противник прикрывает пах правым бедром, то сначала наносится тычок костяшками кулака в копчик. **(фото 2)**



3

Сразу же после удара в пах левой рукой нанести удар в нос противника (или произвести надавливание на основание носа), запрокидывая голову противника назад. Как вариант, можно захватить противника левой рукой за волосы на затылке и резко дернуть назад-вниз, открывая при этом горло или подбородок. **(фото 3)**



4

Нанести удар правым локтем в голову. **(фото 4)**

Освобождение от захвата корпуса с руками спереди

Противник обхватил вас спереди с руками **(фото 1)**

Сделать шаг назад, понижая центр тяжести, одновременно нанести удар рукой или руками в пах слегка снизу вверх. **(фото 2)**

Доработать коленом в голову. **(фото 3)**



1



2



3

Занятия Крав Мага ведутся на базе ДЮСК БИ «Боевой сокол», г. Харьков. Руководитель Семененко Сергей Семенович, тел. 8 (057) 714-53-91, моб.тел. 8 (068) 609-23-69

На фото: Цыпин Феликс,
Голиков Владислав
Текст: Семененко С. С.

III Международный турнир по кендо «Кубок Харькова»



Первого апреля в спортивном комплексе «Политехник» состоялся III Международный турнир по кендо «Кубок Харькова». Искусство японского фехтования — кендо — набирает все большую популярность в стране. Об этом свидетельствует увеличивающееся с каждым годом количество участников в соревнованиях. Если в первом турнире приняло участие всего 8 спортсменов из трех клубов, во втором из 4-х, то **III турнир впервые в Украине стал международным**: в нем приняло участие 25 спортсменов из таких городов как Харьков, Киев, Львов, Донецк, Днепрпетровск, Ростов и Воронеж. В рамках турнира был проведен индивидуальный и командный зачет. В командном зачете приняло участие шесть команд: команды Львова, Донецка, Киева, сборная команда Ростова и Во-

ронежа, а также две команды Харькова. Судейство осуществлялось инструкторами из Донецка (А. Чайка — 2 дан кендо), Ростова (Д. Мурзин — 2 дан кендо) и Харькова (К. Стрижиченко — 1 дан кендо) по правилам международной федерации кендо (IKF). Каждый поединок продолжался три минуты, либо до двух точных ударов — иппонов. Критерии присуждения иппона были следующие:

- точное попадание в одну из четырех областей: голову — мен, торс — до, запястье — коте, шею — цуки;
- спортсмен продемонстрировал высокий боевой дух при нанесении удара;
- был правильно осуществлен вход и выход из атаки.

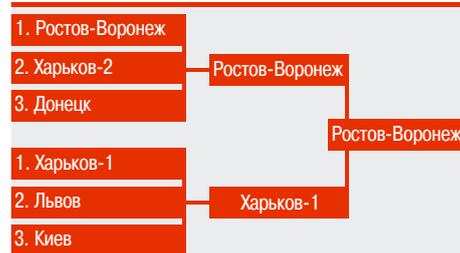
Особенностью большинства турниров по кендо является возможность участия в них как мужчин, так и женщин. В данном турнире принимали участие три представительницы прекрасного пола из Ростова, Донецка и Харькова.

Индивидуальный и командный зачет состояли из двух этапов: предварительного и основного. По результатам предварительного этапа в индивидуальном зачете были сформированы четвертьфинальные пары, которые дальше по олимпийской системе оспаривали Кубок Харькова. Результаты индивидуального зачета приведены ниже. Финальный поединок между россиянином А. Сафоновым и харьковчанином Е. Куцом проходил в упорной борьбе. Основное время поединка закончилось в ничью. По правилам кендо, дальше поединок продолжается до первого иппона без учета времени. У Е. Куца в основное время было одно предупреждение за выход за пределы площадки. К сожалению, Евгений дополнительное время провел в низком темпе и в определенный момент потерял концентрацию и вышел за пределы площадки. На основании этого судьи вынесли второе предупреждение Евгению и иппон в сторону Артема.



Таким образом, первое место и Кубок Харькова выиграл россиянин А. Сафонов (Ростов на Дону), второе место — харьковчанин — Е. Куц, третье место поделили — И. Зорий (Львов) и О. Тришин (Донецк).

Результаты командного зачета представлены ниже.





Стоит отметить, что основными принципами кендо являются не победа в турнире и филигранная техника, а совершенствование своих личностных качеств посредством меча и решение конфликтов, не вынимая меча из ножен. То есть меч в кендо выступает только средством постижения самого себя.

Последовательность данным принципам была продемонстрирована на турнире, который прошел в дружеской обстановке, и многие спортсмены за время поединков приобрели большое количество друзей из Украины и России.

Большинство специалистов отметили высокий уровень организации и обслуживания турнира, который состоялся благодаря поддержке Харьковской областной федерации Айкибудо (президент А.Г. Шимель), Харьковской областной федерации кендо, йайдо и дзедо (президент К.А. Стрижиченко), кафедры физического воспитания

Финальный поединок между командами также проходил в упорной борьбе. По результатам предварительного этапа в финал вышли сборная команда Ростова и Воронежа в составе А. Сафонова, Р. Тюнякина и В. Васильева и команда Харьков-1, в составе Д. Антошечкина, Е. Куца и С. Андренко. Первый поединок завершился в пользу обладателя Кубка Харькова в индивидуальном зачете А.Сафонова. Во втором поединке соперник Артема по индивидуальному финалу Е. Куц одержал победу над Р. Тюнякиным из Воронежа. Третий поединок должен был стать решающим. К сожалению харьковских болельщиков, которые пришли поддержать нашу команду, победу одержал В. Васильев из Ростова.

Таким образом, сборная команда Ростова и Воронежа заняла первое место, команда Харькова-1-2-е место и третье место поделили команда Львова и Харькова-2.

Также, по результатам турнира был вручен приз «За боевой дух» представителем торговой марки Ronnefeldt в Харькове М.В. Чумаченко — элитный японский чай. Приз был вручен миниатюрной девушке из Донецка — Э. Замановой.



Национального технического университета «Харьковского политехнического института» (зав. кафедрой — проф. Любиев А.И. и доц. Близнецова З.А.), а также управлению физической культуры и спорта Харьковской областной государственной администрации.

Материал предоставил Константин Стрижиченко