

ВИЗИТ ГРАНДМАСТЕРА КИМ НАМ ДЖЕ В УКРАИНУ

В период с 22 по 26 января 2010 года Ассоциация Хапкидо отмечала важное событие — в это время состоялся визит Грандмастера Ким Нам Дже в Украину. Встречал Мастера г. Днепропетровск. Здесь, в Первом Международном Семинаре по Хапкидо КХФ, непосредственно под руководством Мастера, смогли совершенствоваться в Хапкидо тридцать три человека из четырнадцати городов Украины, России, Приднестровья и Казахстана!

Обучение Хапкидо Ким Нам Дже начал в 1961 году в Сеуле под руководством Мастера Джи Хан Дже, которого многие называют основателем и отцом современного Хапкидо. В 1969 году Мастер Ким Нам Дже открыл свой первый тренировочный зал, который со временем превратился в сеть клубов по всей Корее и в 1976 года начал называться Кёнг Му Кван. В настоящее время Грандмастер Ким Нам Дже является обладателем 9 Дана. Кёнг Му Кван, входит в состав The Korea Hapkido Federation и имеет филиалы в США, Канаде, Сингапуре, России, Ук-

раине, Испании, Мексике, Бразилии, Германии. Планируется открытие филиалов в Казахстане и Молдове.

В проведении семинара Грандмастеру Ким Нам Дже помогал и ассистировал, обладатель 4 Дана Хванг До Ёнг. Первая тренировка семинара началась с объяснения дыхательного упражнения Танджон и подчеркивания важности контроля дыхания в практике боевых искусств. С каждым новым визитом Грандмастер Ким обучает нас новым формам дыхания. В этот раз была рассмотрена форма дыхания на двадцать восемь секунд в четыре такта, вдох — задержка — сжатие — выдох. Основное внимание на первой тренировке было уделено вариантам болевого воздействия рычагом локтя — Кальнокки или рука — нож. Вторая тренировка первого дня была посвящена техникам выкручивания запястья Сонмок Питулги. Третья и четвертая тренировки были посвящены броскам Тондиги. Все тренировки были построены по стандартному принципу — 2 часа, варианты освобождения от прямого и диагонального захватов предплечья, захватов за одежду, захватов сзади, обхватов. В конце тренировки отработывалось применение этой техники против прямого удара рукой и дополнительные демонстрации вариативности действий при изменениях ситуации в случае изменения усилия в захвате, выполняя тяги, давления и толчки.

Особое внимание уделялось правильности положения тела, совместной работе стоп, колен, бедер, таза, поясницы, спины, плеч, рук, кистей, сочетанию правильной концентрации дыхания и развития максимального усилия с минимальными затратами своей силы.

Третий день семинара Ким Нам Дже в Украине был посвящен аттестации на черные пояса. В программе теста сдавались разделы техник: освобождения от захватов; защита от ударов руками; защита от ударов ногами; атакующие техники; удары ногами; удары руками; защиты от попыток захвата и бросков; действия в положении сидя. С обязательным использованием ударов руками и ногами, болевых контролей и бросков. После окончания теста всем участникам семинара были вручены сертификаты участников семинара, памятные подарки с символикой Дэхан Хапкидо и Кёнг Му Кван Хапкидо. Грандмастер Ким Нам Дже наградил памятными тарелками с благодарностью за вклад в развитие Хапкидо в своих странах: Сурьенкова И. А.,



Участники семинара под руководством Ким Нам Дже, Украина, г. Днепропетровск, 2010