

# ШАОЛИНЬ ПЕРВОЙ СТОЛИЦЫ



— Ты хочешь сказать, что я могу летать?

— Ты Свободен, – вот что я говорю

**Ричард Бах**

Подготовил Алексей Повелица

Ещё только минула середина лета, но особая жара уже успела утомить харьковчан. Многие спешат укрыться в тени городских парков, расслабиться, отдохнуть. Несколько особняком находится лесопарковая зона. Не только потому, что дальше добираться. Туда тоже едут, не взирая на жару. Особенность её в том, что туда уже не один десяток лет приезжают не отдыхать в тени ветвистых деревьев, а работать. Работать над собой, тренировать тело и дух, оттачивать технику боевых искусств, проверять её в спаррингах...

Именно там, в Лесопарке, начинали свои тренировки ещё в 70-х многие почитатели восточных единоборств. Есть поляны, которые до сих пор хранят память тех лет. Кое-где в глубине Лесопарка можно увидеть остатки нехитрого тренировочного оборудования: врытые в землю столбы, на которых крепились макивары, автопокрышки, закрепленные для отработки ударов, привешенные к деревьям перекладины для подтягивания...

В начале 80-х в Лесопарке появились группы бойцов, которых обучали мастера-иностранцы, студенты харьковских вузов. Уже тогда многие группы традиционно облюбовали спортивную базу Педагогического университета и её окрестности – в берёзках осваивали технику ушу под руководством Оскара. Теперь там же занимаются продолжатели традиций с известным мастером Михаилом Брозголем. На футбольном поле продолжают тренироваться выходцы из группы Луиса, продолжая шлифовать и развивать дальше технику таеквондо из Латинской Америки. Своё видение передает ученикам Олег Бишляга. С редкой в наше время настойчивостью ребята отработывают базовую технику, перемещения, удары.



Нестандартная отработка базовых ударов



Не стареют душой и телом ветераны. Слева направо черные пояса таеквондо: Михаил Богун, Алексей Повелица, Игорь Пай. Тренируются в лесопарке с 80-х годов.

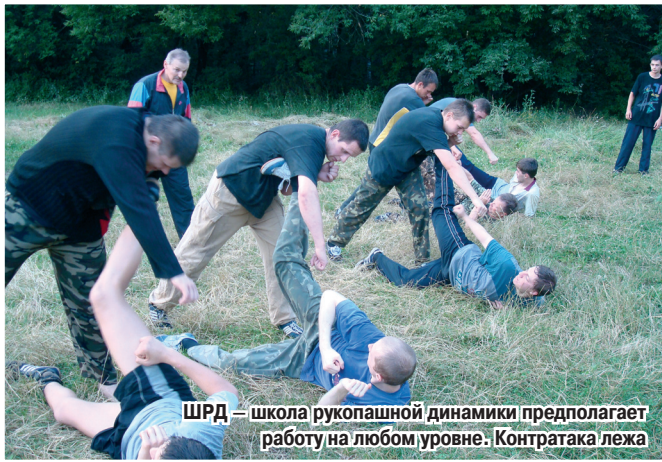


В атаке Игорь Пай



Юп-чаги – пушка, которая всегда с тобой!





**ШРД – школа рукопашной динамики предполагает работу на любом уровне. Контратака лежа**



**Смена задач. Отработка болевого удержания**

В начале 90-х побывали здесь и корейские инструкторы, специалисты международного класса. Их уроки хорошо помнят первый Президент Федерации Таеквондо ИТФ Украины Игорь Пай и его коллеги Владимир Романенко, Алексей Повелица, Михаил Богун, Евгений Шевченко. Вот уже почти два десятка лет с удивительной регулярностью эти ребята появляются здесь, показывая молодежи достойный пример для подражания в отношении к любимому делу. Они не только обучают молодых, но и сами «отпахивают» полноценные тренировки, включающие спарринги, бег, шлифовку техники на снарядах.



**Юрий Сиволов передает свой боевой опыт**



**Техника чи-сао – «липкие руки»**

Творческий подход в деле развития боевых искусств демонстрирует ветеран движения с более чем тридцатилетним стажем Юрий Сиволов. За его плечами тренировки у известных мастеров каратэ, рукопашного боя, таэквондо от Луиса, десятилетний опыт каскадерской работы. Вместе с Алексеем Повелицей они разработали и успешно преподают направление БИ, в котором сочетаются элементы паркура, ударной и бросковой техник, техник болевых захватов и освобождения от оных, работа с оружием и против него. Разработаны специальные разминочные комплексы, оригинальные методы ОФП и СФП, максимально приближенные к реалиям РБ. Название направления говорит само за себя – ШРД. Это и Школа Радости Движения для детей, и Школа Рукопашной Динамики для подростков, и Школа Реальных Действий, подпитанная Широкой Русской Душой для людей любого возраста.

Сильна и притягательна энергетика Лесопарка. Не в этом ли секрет того, что, несмотря на дневную жару и полчища вечерних комаров, появились здесь и представители традиционного каратэ, и секретного ниндзюцу, почитатели вин-чун и тайцицюань, спортсмены федерации ВТФ и даже любители экзотической капоэйры.

Далёк и недосыгаем легендарный Шаолинь. Полон, как говорят, тайн. Но известно – «дорогу осилит идущий». А тайны открываются лишь тем, кто прилагает к этому волевые и физические усилия. И необязательно ехать в далёкий Китай. Если у Вас есть интерес и для вас ещё существуют секреты – приезжайте, смотрите, спрашивайте, выбирайте, пробуйте... **Приезжайте в Лесопарк – «Шаолинь» Харькова.**



**Вин-чун от доминиканского мастера Даниэля**