

БОЕВЫЕ ИСКУССТВА В РЕГИОНАХ УКРАИНЫ ДНЕПРОПЕТРОВСКАЯ ОБЛАСТЬ

Днепропетровская область образована 27 февраля 1932 г. Регион является основной металлургической и машиностроительной базой Украины.

Край металлургов силен и своими спортсменами, в характере которых неизменно присутствует «металлургический стержень» - стальной характер. Тот характер, который приносит победы бойцам на рингах и татами. Об этих людях Редакция журнала рассказали в управлении по делам семьи, молодёжи и спорта Днепропетровской областной государственной Администрации (начальник управления Кесь Сергей Григорьевич).



Днепропетровская команда тхэквондо
начала 90-ых

Корейские боевые искусства — тхэквондо, хапкидо и комбатан.

Краткая характеристика.

Днепропетровская областная федерация Тхэквондо ВТФ одна из первых, самых многочисленных и лидирующих федераций в Украине. Была открыта и зарегистрирована в 1992 г. На различных этапах её возглавляли Хребто И.И., Гамбаров И.В., Бидков М.Л., Пшеничников П.Н. На сегодняшний день более 40 тренеров преподают Тхэквондо ВТФ в шести городах Днепропетровской области.

Лучшими тренерами области являются Лобанов В.А., Пермяков А.А., Скаровский С.В., Чикольба Г.Н., Пальок Ю.Ю., Лузин А.В., спортсмены которых выступали в составах сборной команды Украины на официальных Чемпионатах Мира и Европы. Главный судья Днепропетровской области по тхэквондо ВТФ, Владимир Сергеевич Ковалёв, начал свою карьеру судьей чемпионатов СССР.

Сегодня президентом Днепропетровской областной федерации Тхэквондо ВТФ является тренер высшей категории **Пшеничников Павел Николаевич**, Мастер спорта Украины, 4 дан Тхэквондо ВТФ, 3 дан Синму Хапкидо, 2 дан Хапкидо КХФ.

Свою тренерскую деятельность в тхэквондо ВТФ он начал с 1994г., после активной соревновательной деятельности, имея к тому моменту победы на украинских соревнованиях по Тхэквондо ВТФ. Затем в должности старшего тренера Днепропетровской области по Тхэквондо ВТФ готовил сборную команду области для участия в чемпионатах Украины и международных турнирах. Сборная команда области многократно занимала призовые командные места на Чемпионатах Украины и Всеукраинских соревнованиях. Своим большим личным успехом Павел Николаевич считает подготовку 11 Мастеров Спорта. В составе сборной области он тренировал более 20 Мастеров Спорта Украины, становившихся призерами чемпионата Европы среди юниоров и победителями официальных международных турниров.

Являясь старшим тренером студенческой сборной Украины по Тхэквондо ВТФ, Павел Николаевич готовил команду на Всемирные Универсиады в Корее (2003г.), Турции (2005г.), Таиланде (2007г.), Чемпионатах Мира среди студентов в Испании (2006г.), Сербии (2008г.). Личные знания Павел Пшеничников пополнял, посещая семинары Мастеров Тхэквондо ВТФ Сэо Мьонг Соо (9 дан), Ким Ду Ман (8 дан), Йонг Вонг Ри (7 дан), Ким Джун Гиль (6 дан), Им Гук Хьен (6 дан). Быть может, именно это общение с известными корейскими мастерами привело его в хапкидо?



Первое Командное место на Чемпионате Украины по тхэквондо
ВТФ 2006 год



Детская команда ГСДЮШОР

О хапкидо

Если вы относитесь к числу поклонников фильмов о восточных единоборствах, названия Гонконгских кинокартин «Unicor Fist», «Леди Кунг Фу» и «Игра в смерть» вам о чем-то да скажут. А что является залогом успеха фильма о единоборствах? Правильно - качество постановки боевых сцен. Люди, которые их ставят, не «светятся» на экранах. Они – за экраном, они – профессионалы. К таким людям относится и Доджуним Джи Хан Дже - один из величайших мастеров боевых искусств в Корейской истории, грандмастер 10 дан. Боевые сцены в названных фильмах – «его рук дело». Он - основатель Хапкидо и Син Му Хапкидо. Основатель Корейской Ассоциации Кидо, Корейской Федерации Хапкидо, Всемирной Син Му Хапкидо ассоциации, а ещё он - главный инструктор личной охраны президента Кореи генерала Парка вот уже на протяжении 20 лет. Учеником первого поколения первой линии Доджунима Джи

Хан Дже является Грандмастер Ким Нам Дже, основатель и глава школы Кьунг Му Кван Хапкид (9 дан), обучавшийся в период с 1961 по 1967 год в первом зале Хапкидо в Корею - Сонг Му Кван Хапкидо. Совместно с Джи Хан Дже участвовал в демонстрациях Хапкидо президенту США Ричарду Никсону. Благодаря этим людям мир узнал, что такое боевое искусство «хапкидо».

Почему новое боевое искусство «захватывает умы» многих людей, занимавшихся до этого другими направлениями? Очевидно не только своей боевой эффективностью, но и широкими возможностями для самосовершенствования. Своим мнением по этому вопросу делится Павел Пшеничников, один из самых авторитетных специалистов хапкидо в Украине.

«Говорить о том, почему то или иное боевое искусство находит новых последователей, можно только в историческом аспекте. Если речь идёт о

специалистах из Украины, как граждан в недалёком прошлом огромной империи под названием «СССР», то все они прошли через различные секции и направления – каждый шёл к тому, чем занимается профессионально сейчас, своим путём. Я, например, единоборствами начал заниматься в феврале 1988 г. в секции дзюдо г. Светловодска. С 1989 года по 1992 год тренировался и был старостой секции рукопашного боя Самбоуд в Светловодском военно-патриотическом клубе «Перевал». Моего тренера Смотрова Александра Григорьевича, вот уже 20 лет преподающего мальчишкам и девчонкам основы и премудрости рукопашного боя и привившего мне любовь к боевым искусствам на всю жизнь, я считаю своим Первым Тренером. Именно под его руководством я занял первое место по рукопашному бою на областном слетсоревновании среди военно-патриотических клубов.

В дальнейшем у меня были прекрасные учителя, тренера, как говорят, с большой буквы. Это заведующий кафедрой тяжелой атлетики, бокса и борьбы Днепропетровского Государственного института физической культуры и спорта, Заслуженный тренер Украины по вольной борьбе Махинько Николай Павлович и старший преподаватель кафедры Заслуженный тренер Украины по греко-римской борьбе Ставринов Николай Георгиевич. Эти два человека дали мне и многим поколениям студентов очень важные уроки тренерского мастерства. И, конечно же, Петренко Игорь Леонидович - тренер Тхэквондо ВТФ, давший толчок развитию Тхэквондо ВТФ не только на Днепропетровщине, но и во всей Украине. Он начал заниматься боевыми искусствами в семидесятых годах. В 1989г. одним из первых в СССР был аттестован на 2 дан Тхэквондо ВТФ. В 1991 году стал основателем и первым

президентом Федерации Тхэквондо ВТФ Украины. В 1993 году под его руководством сборная Украины впервые выступала на Чемпионате Мира по Тхэквондо ВТФ в Нью-Йорке (США). В 1995 году его воспитанник, Штанько Олег, стал первым украинским чемпионом Европы среди юниоров. 21 мая 1998 года Игорь Леонидович трагически погиб. За время своей работы он подготовил одного Мастера Спорта Международного класса и 19 Мастеров Спорта Украины. Госкомспорт Украины присвоил ему звание Заслуженного тренера Украины, а Всемирная Федерация Тхэквондо присвоила 5 дан. Кстати, с 1999 г. в Днепропетровске проводится ежегодный турнир памяти Заслуженного тренера Украины, первого президента Федерации Тхэквондо ВТФ Украины И.Л. Петренко.

Итак, после многих лет занятий, в 2000г. я начал практиковать хапкидо.



Первый тренер

Хапкидо – корейское боевое искусство, основанное в 1959 году Джи Хан Дже, подарившем его в знак уважения своему учителю Чхве Ен Солю. Основу стиля составляют японское боевое искусство Дайто Рю Айкидзюцу (известное в Корею как Донг Рю Юсуль), корейское народное боевое искусство Тхэккён и корейское монастырское боевое искусство Со-мрангдо. Хапкидо включает в себя технику ударов руками и ногами, болевые и удушающие захваты, инерционно-болевые и силовые броски, оружейные техники (короткая палка, нож, пояс, платок, меч, клюка, шест, веер), медитативные и дыхательные практики. Хапкидо включает в себя философию уважения, постоянного духовного и ментального самосовершенствования. Эти разделы имеют такое же большое значение, как и физические техники. Дословный перевод Хапкидо обозначает «Путь сосредоточения Энергии».

Что же касается изучения хапкидо, самым эффективным я считаю участие в семинарах международных мастеров. Мне посчастливилось принимать участие в семинарах Мастеров с такими именами, как Доджуним Джи Хан Дже (основатель Синму Хапкидо, 10 дан), Ян Фреда (9 дан), Юрг Зиглер (9 дан), Массан Горбани (8 дан), Рони Дассен (8 дан), Скот Ятс (8 дан), Шон Бредли (7 дан), Рами Вайнионпаа (7 дан), Рафаель Бальбастро (7 дан), Герман Мо-чалин (6 дан).



Стажировка в Корею у Грандмастера Ким Нам Дже, 2008г.

Полученные на семинарах знания обязательно должны передаваться ученикам, знания не должны «застаиваться». Поэтому я и проводил семинары Синму Хапкидо в Днепропетровске, Днепродзержинске, Кривом Роге, Полтаве, Севастополе, Одессе, Новороссийске (Россия). Оказывал помощь в подготовке инструкторов Синму Хапкидо, среди которых: Кирпа Александр (2 дан, Днепродзержинск), Свижевский Евгений (2 дан, Днепродзержинск), Васильченко Сергей (2 дан, Харьков), Зайцев Руслан (2 дан, Харьков), Ша-

выро Юрий (1 дан, Полтава), Калинин Сергей (1 дан, Запорожье), Лобанов Владлен (1 куп, Днепродзержинск), Чертков Андрей (1 куп, Кривой Рог), Гросс Андрей (1 куп, Севастополь), Главацкий Дмитрий (2 куп, Севастополь), Плахтий Сергей (2 куп, Днепродзержинск).

Такая активная деятельность на пути постижения хапкидо привела к формированию Ассоциации Хапкидо Украины, которая сегодня и ставит основными задачами популяризацию и развитие этого корейского боевого искусства.



На тренировке 2003 г.

О комбатане

В 2003г. в летнем тренировочном лагере Восточно-Европейской Ассоциации Хапкидо в Латвии, я познакомился с филиппинским боевым искусством Комбатан, которое произвело на меня впечатление. По приезду домой дал первые уроки этого стиля Михаилу Бидкову и Александру Кирпе. Тогда же организовал несколько первых совместных семинаров по Синму Хапкидо и Комбатан под руководством Германа Мочалина. Принял участие в семинарах Рами Вайнионпаа и Юрга Зиглера.



Джи проверка ноги



С Грандмастером Дитер Кнутель, 2008 г.

Стиль Комбатан продолжают развивать Александр Кирпа и Евгений Свижевский (2 лакам, Днепродзержинск), Андрей Гросс (1 лакам, Севастополь), получившие эти высокие оценки своего Мастерства от основателя Комбатан Грандмастера Эрнесто Амодор Пресасс.

Итак, Модерн Арнис – филиппинское боевое искусство, созданное и систематизированное Грандмастером Реми Амодор Пресас в 1957 году. Модерн Арнис – это стиль, приспособленный к современным условиям жизни. Он вобрал в себя знания таких Мастеров как Леон Пресас, Родольфо Монкала, Тимотео Марранга и Венансио Бэкона. Благодаря этому Модерн Арнис стал комплексной системой, где наряду с изучением искусства владения палкой или двумя палками, короткими мечами и тесаками, ножами и кинжалами, другим холодным оружием ученики изучают способы владения как оружием предметами повседневного обихода. Это авторучка, ключи, зонт, гибкие предметы (полотенце, ремень). Стиль включает в себя также технику ударов, бросков, удушений и болевых приёмов. Принцип универсальности техники является очень важной составляющей этого боевого искусства.



На летних сборах, 2005 г.

Комбатан – филиппинское боевое искусство, который создал и систематизировал младший брат Грандмастера Эрнесто Амодор Пресас в 1994 году. Ранее этот стиль носил название Модерн Арнис.

Меня увлекло это направление боевых искусств, однако не совсем устраивал уровень преподавания данного стиля европейскими инструкторами. Поэтому в декабре 2007г. я принял участие в первом международном конгрессе Модерн Арнис, организованном Александром Владимировичем Писаркиным в Екатеринбурге (Россия), под руководством филиппинских Мастеров Кристиан Васкес (9 лакам), Рене Тонгсон (8 лакам), и Европейского шеф-инструктора Дитер Кнутель (7дан). Итогом встречи и знакомства стал первый всеукраинский семинар Модерн Арнис под руководством Мастера Дитера Кнутеля в Днепропетровске в апреле 2008г., организованный при помощи Михаила Бидкова, Андрея Черткова и Сергея Плахтия.

Сегодня одним из ведущих специалистов по филиппинским боевым искусствам в Европе является основатель и главный инструктор Федерации Модерн Арнис Германии Грандмастер Дитер Кнутель. На протяжении более 30 лет он изучает и преподаёт Модерн Арнис во всем Мире. Один из шести нефилиппинцев, получивший личное признание и звание Дату (лидер) от основателя Модерн Арнис Грандмастера Реми Праса. В июле 2008 г. Всемирная Федерация Модерн Арнис присвоила Дитеру Кнутелю звание Грандмастер и 8 дан Модерн Арнис.

Так что я считаю, что глубокая системность, эффективность в современных условиях и возможность непрерывного самосовершенствования и являются теми самыми «китами», которые притягивают к корейским боевым искусствам».



1-й Всеукраинский семинар Модерн Арнис

ФРИ-ФАЙТ

Знакомство с захватывающим миром фри-файта широкой украинской общественности впервые состоялось в начале 90-х. Правда, тогда никто не знал, что это так называется. Читатели нашего журнала наверняка помнят тему «Бои без правил», опубликованную в №1.2007. Отклики на эту тему вдохновили нас на развитие темы фри-файта как направления, синтезирующего боевые искусства, и мы решили глубже исследовать вопрос о развитии фри-файта в регионах Украины. Одним из ведущих регионов, активно развивающих данное направление, оказалась Днепропетровщина, а ведущим специалистом - **Муминов Алишер Курбанович**. Именно он рассказал нам об истории создания фри-файта и его развитии в регионе.



Муминов Алишер Курбанович с учениками.
Руководитель
областного подразделения фри-файта Украины.

Пятикратный чемпион Украины из каратэ, неоднократный победитель и призер международных турниров по контактному каратэ, кик-боксингу, фри-файту. Член сборной Украины из каратэ, обладатель черного пояса (1 Дан «Фудокан – каратэ»). Тренер высшей категории, награжден благодарностью губернатора Днепропетровской области за весомый вклад в реализацию молодежной политики в области, активную профессиональную и общественную деятельность.

Штрихи к портрету

Областное подразделение фри-файта и контактных единоборств было создано 9 февраля 2004 года. На сегодняшний день Днепропетровская область является лидером в развитии фри-файта в Украине. В области работает 14 клубов, развивающих это направление, в которых занимается свыше 1000 спортсменов. В 2009 году планируется открытие отделения фри-файта в Днепропетровском институте физической культуры и спорта, а также открытие новых отделений в ДЮСШ г. Днепропетровска и Днепродзержинска. Среди моих воспитанников много талантливых учеников, достигших успехов в спорте: Ткачук Сергей – обладатель черного пояса (1 Дан шотокан каратэ), КМС по каратэ, неоднократный победитель и призер Всеукраинских и международных соревнований, член сборной Украины по каратэ; Пантюхов Алексей – обладатель черного пояса (1 Дан шотокан каратэ), МС Украины по каратэ, призер Чемпионата Европы; кандидаты в мастера спорта Украины, обладатели чёрных поясов по шотокан каратэ (1 дан) – Самара Сергей, Реут Евгений, Гура Екатерина; Мастеров спорта Украины по фри-файту, членов сборной Украины по фри-файту Задворний Владимир, Богуславский Виктор (бронзовый призер Чемпионата мира по фри-файту 2008г.), Лежнев Андрей (Чемпион мира по фри-файту 2008г.), Иванский Владислав.



Спортсмены фри-файта

Из истории фри файта

Как это не удивительно, точно ответить на вопрос: «Сколько же лет Фри-Файту?» – дело чрезвычайно сложное. Вся история возникновения сложного феномена, коим является фри-файт, – предмет многотомного исследования. Мистика фри-файта объединяет в себе дела далекого прошлого, свидетелями которым мы являемся сейчас: огромные страны и маленький поселок под Киевом; великие битвы, которые меняли глобальную историю человечества и клубные турниры; победное шествие восточных единоборств планетой и смерть во время соревнований; удачные многотысячные коммерческие проекты и несчастный случай во время репетиции; законодательные акты государства и «бандитские движения»; эзотерические духовные откровения и ночные дискотеки; несдерживаемые стремления духа и немощь тела; примеры чести, достойные воспевания и измена ближайших друзей...

Все эти отдельные океаны, моря, чистые озера, бурные потоки, спокойные речушки, стоящие болота объединились в особе Андрея Петровича СТАРОВОЙТА, основателя фри-файта.

Современный этап фри-файта начался где-то в начале восьмидесятых годов. Начался с фотографии на обложке журнала «Утро» и прозаичной замызанной пятой или энной фотокопии Кинги про каратэ. Единственное, что можно было разобрать на ней – рисунки каких-то людей в белом, которые стояли в странных позах и красиво задирали ноги. При этом различить отдельные буквы текста было невозможно, соответственно невозможно было установить его язык. А вопрос о понимании написанного вообще никто не ставил. К фотографии прилагалась легенда: «Если встать вот так, то...». А далее количество соперников, которых можно убить, и толщина бетонной стены, которую можно развалить ударом руки, ограничивались только размерами воображения и совестью рассказчика. Если прибавить к этому, что занятия каратэ в то время были «запретным плодом», то становится понятным, почему в лесу под поселком Коцюбинское (Киевская область) создалась первая подпольная группа занятий чем-то, что как они думали, является каратэ. Именно в той группе начал занятия боевыми искусствами Андрей СТАРОВОЙТ.

Единственное чем отличились те тренировки – полным отсутствием реальных знаний, как и что тренировать. Они компенсировались юношеским запалом и желанием. Последствия безумных методов растяжек и набивки, которые скорее напоминали упражнения мазохистов, ощущаются с возрастом все сильнее.

Однако при всех минусах тех занятий, на фоне постоянного пересиливания себя «через не могу», формировался характер и закалялась воля. И тут невозможно не вспомнить отца будущего основателя фри-файта – Петра СТАРОВОЙТА. Именно он своим жизненным примером дал Андрею первые

уроки настоящих норм, которые стали жизненными законами сначала для Андрея, а потом легли в основу Трех Ценностей Пересвита – краеугольного камня кодекса чести последователей фри-файта. А уроки воли и характера в будущем стали определяющими для существования фри-файта в целом.

Вторым этапом развития фри-файта стала одна неяркая встреча Андрея, во время которой он получил предложение попробовать себя на «настоящих соревнованиях». И начались гастрольные ночные «цирковые» выступления Андрея, во время которых, бывало, он заходил в подвал (или другое место проведения турниров) на своих ногах, а приходил в сознание в другом месте, и как он попал из одного места в другое, не помнил. Правила, безопасность, здоровье бойцов мало интересовали организаторов тех турниров, такое было время – время двойной морали, двойной этики, двойных стандартов. Бокс, каратэ, самбо, джиу-джитсу, вольная борьба и еще бог знает что – смена соперников и боев отнимала здоровье, но не деньги были реальным достоянием за утраченное. Именно в тех бескомпромиссных боях просыпался инстинкт выживания, и эта мощная сила заставляла думать. Именно в тех бескомпромиссных боях Андрей ощутил рядом с собой вечного спутника каждого ВОИНА – смерть, которая стала наилучшим его руководством сначала в боях, а потом и в жизни. Именно в тех бескомпромиссных боях Андрей утратил из приобретенной предшествующими тренировками техники всё ненужное, безжизненное, приспособленное и рассчитанное на «ограниченный» контакт поединков. Именно те бескомпромиссные бои заставили искать преимущества в поединках с представителями «борцовских» направлений, ведь никому не придет в голову спорить в борьбе с Чемпионом СССР в этом виде.

И Андрей учился использовать в борьбе то, что он научился делать – бить. И он бил – руками, ногами, локтями, коленями. Бил сверху, снизу, сбоку. Бил жестко, в полный контакт. Бил, так как знал – другого шанса не будет. Уже потом пришло понимание и умение комбинаций ударной техники и болевых и удушающих приемов, которые составляют основу «борцовских» видов. Таким образом, и были заложены основы техники того, что со временем станут называть фри-файтом.

Это короткие исторические штрихи зарождения техники фри-файта. Безусловно, невозможно не сказать о том, что мир к тому времени уже «наелся» бесконтактным каратэ, и начал искать реальные бои. В результате появились американские «бои без правил», с кассетами которых знакомился Андрей. Нельзя не упомянуть о закрытых турнирах по рукопашному бою, которые проходили в 70-80 годах в ВДВ СССР, опыт которых также пришел к Андрею. Нельзя не упомянуть о людях – А.В. Поповиче, Г.С. Минке, И.В. Ермолаеве, каждый из которых сделал свой вклад в будущий фри-файт. Но все это, как мы договорились, – тема отдельного многотомного издания, посвященного полной истории фри-файта.

Они всегда считали себя падальщиками. Вот и на этот раз оказались в ловушке, для и в ловушке чуждым для парней и девушек из украинского города «Дружба» в Луганской области, расположенном на границе с Россией. Поддержка 200 тысяч рублей карательной группы в первом деле для чиновников Москвы.

Почти все чиновники, которые проехали — представители Центральной школы каратэ Свердловского района, который руководит заместителем председателя Федерации каратэ А. Штурман. Школа организует уже много лет. Сейчас в ней занимаются полторы тысячи человек. Впервые спортсмены посетили школу на соревнованиях, работая со спортсменами и подготавливая товарищеские и социальные

связи. И уже добилось на тренировке успехов. Так, например, под руководством Владимира Ткаченко, победителя в первой категории до 60 кг, тренировался в чемпионату Виктор Савинский, ставший чемпионом в категории до 70 кг. Катя Мухоморова, занимающая второе место (до 60 кг), Михаил Антонов, бронзовый призер (до 60 кг) и другие.

При таком техническом участии чемпионы получили победитель в первой категории до 70 кг 21-летний Сергей Шаповалов (тренер — А. Штурман).

Впервые посетители продемонстрировали в Виталий Пак, также воспитанник Центральной школы каратэ. Он стал чемпионом Москвы в первой категории до 60 кг.

ПЕРВОЕ СВИДАНИЕ

● KARATÉ

Московские каратисты теперь проводят отряды чести столицы на первом всесоюзном чемпионате в Таллине, который состоится через месяц.

В. ЮРЕН.

ТЕХНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Вторая категория до 60 кг: 1. А. Шаповалов, 2. А. Шаповалов, 3. А. Шаповалов, 4. А. Шаповалов, 5. А. Шаповалов, 6. А. Шаповалов, 7. А. Шаповалов, 8. А. Шаповалов, 9. А. Шаповалов, 10. А. Шаповалов, 11. А. Шаповалов, 12. А. Шаповалов, 13. А. Шаповалов, 14. А. Шаповалов, 15. А. Шаповалов, 16. А. Шаповалов, 17. А. Шаповалов, 18. А. Шаповалов, 19. А. Шаповалов, 20. А. Шаповалов, 21. А. Шаповалов, 22. А. Шаповалов, 23. А. Шаповалов, 24. А. Шаповалов, 25. А. Шаповалов, 26. А. Шаповалов, 27. А. Шаповалов, 28. А. Шаповалов, 29. А. Шаповалов, 30. А. Шаповалов, 31. А. Шаповалов, 32. А. Шаповалов, 33. А. Шаповалов, 34. А. Шаповалов, 35. А. Шаповалов, 36. А. Шаповалов, 37. А. Шаповалов, 38. А. Шаповалов, 39. А. Шаповалов, 40. А. Шаповалов, 41. А. Шаповалов, 42. А. Шаповалов, 43. А. Шаповалов, 44. А. Шаповалов, 45. А. Шаповалов, 46. А. Шаповалов, 47. А. Шаповалов, 48. А. Шаповалов, 49. А. Шаповалов, 50. А. Шаповалов, 51. А. Шаповалов, 52. А. Шаповалов, 53. А. Шаповалов, 54. А. Шаповалов, 55. А. Шаповалов, 56. А. Шаповалов, 57. А. Шаповалов, 58. А. Шаповалов, 59. А. Шаповалов, 60. А. Шаповалов, 61. А. Шаповалов, 62. А. Шаповалов, 63. А. Шаповалов, 64. А. Шаповалов, 65. А. Шаповалов, 66. А. Шаповалов, 67. А. Шаповалов, 68. А. Шаповалов, 69. А. Шаповалов, 70. А. Шаповалов, 71. А. Шаповалов, 72. А. Шаповалов, 73. А. Шаповалов, 74. А. Шаповалов, 75. А. Шаповалов, 76. А. Шаповалов, 77. А. Шаповалов, 78. А. Шаповалов, 79. А. Шаповалов, 80. А. Шаповалов, 81. А. Шаповалов, 82. А. Шаповалов, 83. А. Шаповалов, 84. А. Шаповалов, 85. А. Шаповалов, 86. А. Шаповалов, 87. А. Шаповалов, 88. А. Шаповалов, 89. А. Шаповалов, 90. А. Шаповалов, 91. А. Шаповалов, 92. А. Шаповалов, 93. А. Шаповалов, 94. А. Шаповалов, 95. А. Шаповалов, 96. А. Шаповалов, 97. А. Шаповалов, 98. А. Шаповалов, 99. А. Шаповалов, 100. А. Шаповалов, 101. А. Шаповалов, 102. А. Шаповалов, 103. А. Шаповалов, 104. А. Шаповалов, 105. А. Шаповалов, 106. А. Шаповалов, 107. А. Шаповалов, 108. А. Шаповалов, 109. А. Шаповалов, 110. А. Шаповалов, 111. А. Шаповалов, 112. А. Шаповалов, 113. А. Шаповалов, 114. А. Шаповалов, 115. А. Шаповалов, 116. А. Шаповалов, 117. А. Шаповалов, 118. А. Шаповалов, 119. А. Шаповалов, 120. А. Шаповалов, 121. А. Шаповалов, 122. А. Шаповалов, 123. А. Шаповалов, 124. А. Шаповалов, 125. А. Шаповалов, 126. А. Шаповалов, 127. А. Шаповалов, 128. А. Шаповалов, 129. А. Шаповалов, 130. А. Шаповалов, 131. А. Шаповалов, 132. А. Шаповалов, 133. А. Шаповалов, 134. А. Шаповалов, 135. А. Шаповалов, 136. А. Шаповалов, 137. А. Шаповалов, 138. А. Шаповалов, 139. А. Шаповалов, 140. А. Шаповалов, 141. А. Шаповалов, 142. А. Шаповалов, 143. А. Шаповалов, 144. А. Шаповалов, 145. А. Шаповалов, 146. А. Шаповалов, 147. А. Шаповалов, 148. А. Шаповалов, 149. А. Шаповалов, 150. А. Шаповалов, 151. А. Шаповалов, 152. А. Шаповалов, 153. А. Шаповалов, 154. А. Шаповалов, 155. А. Шаповалов, 156. А. Шаповалов, 157. А. Шаповалов, 158. А. Шаповалов, 159. А. Шаповалов, 160. А. Шаповалов, 161. А. Шаповалов, 162. А. Шаповалов, 163. А. Шаповалов, 164. А. Шаповалов, 165. А. Шаповалов, 166. А. Шаповалов, 167. А. Шаповалов, 168. А. Шаповалов, 169. А. Шаповалов, 170. А. Шаповалов, 171. А. Шаповалов, 172. А. Шаповалов, 173. А. Шаповалов, 174. А. Шаповалов, 175. А. Шаповалов, 176. А. Шаповалов, 177. А. Шаповалов, 178. А. Шаповалов, 179. А. Шаповалов, 180. А. Шаповалов, 181. А. Шаповалов, 182. А. Шаповалов, 183. А. Шаповалов, 184. А. Шаповалов, 185. А. Шаповалов, 186. А. Шаповалов, 187. А. Шаповалов, 188. А. Шаповалов, 189. А. Шаповалов, 190. А. Шаповалов, 191. А. Шаповалов, 192. А. Шаповалов, 193. А. Шаповалов, 194. А. Шаповалов, 195. А. Шаповалов, 196. А. Шаповалов, 197. А. Шаповалов, 198. А. Шаповалов, 199. А. Шаповалов, 200. А. Шаповалов, 201. А. Шаповалов, 202. А. Шаповалов, 203. А. Шаповалов, 204. А. Шаповалов, 205. А. Шаповалов, 206. А. Шаповалов, 207. А. Шаповалов, 208. А. Шаповалов, 209. А. Шаповалов, 210. А. Шаповалов, 211. А. Шаповалов, 212. А. Шаповалов, 213. А. Шаповалов, 214. А. Шаповалов, 215. А. Шаповалов, 216. А. Шаповалов, 217. А. Шаповалов, 218. А. Шаповалов, 219. А. Шаповалов, 220. А. Шаповалов, 221. А. Шаповалов, 222. А. Шаповалов, 223. А. Шаповалов, 224. А. Шаповалов, 225. А. Шаповалов, 226. А. Шаповалов, 227. А. Шаповалов, 228. А. Шаповалов, 229. А. Шаповалов, 230. А. Шаповалов, 231. А. Шаповалов, 232. А. Шаповалов, 233. А. Шаповалов, 234. А. Шаповалов, 235. А. Шаповалов, 236. А. Шаповалов, 237. А. Шаповалов, 238. А. Шаповалов, 239. А. Шаповалов, 240. А. Шаповалов, 241. А. Шаповалов, 242. А. Шаповалов, 243. А. Шаповалов, 244. А. Шаповалов, 245. А. Шаповалов, 246. А. Шаповалов, 247. А. Шаповалов, 248. А. Шаповалов, 249. А. Шаповалов, 250. А. Шаповалов, 251. А. Шаповалов, 252. А. Шаповалов, 253. А. Шаповалов, 254. А. Шаповалов, 255. А. Шаповалов, 256. А. Шаповалов, 257. А. Шаповалов, 258. А. Шаповалов, 259. А. Шаповалов, 260. А. Шаповалов, 261. А. Шаповалов, 262. А. Шаповалов, 263. А. Шаповалов, 264. А. Шаповалов, 265. А. Шаповалов, 266. А. Шаповалов, 267. А. Шаповалов, 268. А. Шаповалов, 269. А. Шаповалов, 270. А. Шаповалов, 271. А. Шаповалов, 272. А. Шаповалов, 273. А. Шаповалов, 274. А. Шаповалов, 275. А. Шаповалов, 276. А. Шаповалов, 277. А. Шаповалов, 278. А. Шаповалов, 279. А. Шаповалов, 280. А. Шаповалов, 281. А. Шаповалов, 282. А. Шаповалов, 283. А. Шаповалов, 284. А. Шаповалов, 285. А. Шаповалов, 286. А. Шаповалов, 287. А. Шаповалов, 288. А. Шаповалов, 289. А. Шаповалов, 290. А. Шаповалов, 291. А. Шаповалов, 292. А. Шаповалов, 293. А. Шаповалов, 294. А. Шаповалов, 295. А. Шаповалов, 296. А. Шаповалов, 297. А. Шаповалов, 298. А. Шаповалов, 299. А. Шаповалов, 300. А. Шаповалов, 301. А. Шаповалов, 302. А. Шаповалов, 303. А. Шаповалов, 304. А. Шаповалов, 305. А. Шаповалов, 306. А. Шаповалов, 307. А. Шаповалов, 308. А. Шаповалов, 309. А. Шаповалов, 310. А. Шаповалов, 311. А. Шаповалов, 312. А. Шаповалов, 313. А. Шаповалов, 314. А. Шаповалов, 315. А. Шаповалов, 316. А. Шаповалов, 317. А. Шаповалов, 318. А. Шаповалов, 319. А. Шаповалов, 320. А. Шаповалов, 321. А. Шаповалов, 322. А. Шаповалов, 323. А. Шаповалов, 324. А. Шаповалов, 325. А. Шаповалов, 326. А. Шаповалов, 327. А. Шаповалов, 328. А. Шаповалов, 329. А. Шаповалов, 330. А. Шаповалов, 331. А. Шаповалов, 332. А. Шаповалов, 333. А. Шаповалов, 334. А. Шаповалов, 335. А. Шаповалов, 336. А. Шаповалов, 337. А. Шаповалов, 338. А. Шаповалов, 339. А. Шаповалов, 340. А. Шаповалов, 341. А. Шаповалов, 342. А. Шаповалов, 343. А. Шаповалов, 344. А. Шаповалов, 345. А. Шаповалов, 346. А. Шаповалов, 347. А. Шаповалов, 348. А. Шаповалов, 349. А. Шаповалов, 350. А. Шаповалов, 351. А. Шаповалов, 352. А. Шаповалов, 353. А. Шаповалов, 354. А. Шаповалов, 355. А. Шаповалов, 356. А. Шаповалов, 357. А. Шаповалов, 358. А. Шаповалов, 359. А. Шаповалов, 360. А. Шаповалов, 361. А. Шаповалов, 362. А. Шаповалов, 363. А. Шаповалов, 364. А. Шаповалов, 365. А. Шаповалов, 366. А. Шаповалов, 367. А. Шаповалов, 368. А. Шаповалов, 369. А. Шаповалов, 370. А. Шаповалов, 371. А. Шаповалов, 372. А. Шаповалов, 373. А. Шаповалов, 374. А. Шаповалов, 375. А. Шаповалов, 376. А. Шаповалов, 377. А. Шаповалов, 378. А. Шаповалов, 379. А. Шаповалов, 380. А. Шаповалов, 381. А. Шаповалов, 382. А. Шаповалов, 383. А. Шаповалов, 384. А. Шаповалов, 385. А. Шаповалов, 386. А. Шаповалов, 387. А. Шаповалов, 388. А. Шаповалов, 389. А. Шаповалов, 390. А. Шаповалов, 391. А. Шаповалов, 392. А. Шаповалов, 393. А. Шаповалов, 394. А. Шаповалов, 395. А. Шаповалов, 396. А. Шаповалов, 397. А. Шаповалов, 398. А. Шаповалов, 399. А. Шаповалов, 400. А. Шаповалов, 401. А. Шаповалов, 402. А. Шаповалов, 403. А. Шаповалов, 404. А. Шаповалов, 405. А. Шаповалов, 406. А. Шаповалов, 407. А. Шаповалов, 408. А. Шаповалов, 409. А. Шаповалов, 410. А. Шаповалов, 411. А. Шаповалов, 412. А. Шаповалов, 413. А. Шаповалов, 414. А. Шаповалов, 415. А. Шаповалов, 416. А. Шаповалов, 417. А. Шаповалов, 418. А. Шаповалов, 419. А. Шаповалов, 420. А. Шаповалов, 421. А. Шаповалов, 422. А. Шаповалов, 423. А. Шаповалов, 424. А. Шаповалов, 425. А. Шаповалов, 426. А. Шаповалов, 427. А. Шаповалов, 428. А. Шаповалов, 429. А. Шаповалов, 430. А. Шаповалов, 431. А. Шаповалов, 432. А. Шаповалов, 433. А. Шаповалов, 434. А. Шаповалов, 435. А. Шаповалов, 436. А. Шаповалов, 437. А. Шаповалов, 438. А. Шаповалов, 439. А. Шаповалов, 440. А. Шаповалов, 441. А. Шаповалов, 442. А. Шаповалов, 443. А. Шаповалов, 444. А. Шаповалов, 445. А. Шаповалов, 446. А. Шаповалов, 447. А. Шаповалов, 448. А. Шаповалов, 449. А. Шаповалов, 450. А. Шаповалов, 451. А. Шаповалов, 452. А. Шаповалов, 453. А. Шаповалов, 454. А. Шаповалов, 455. А. Шаповалов, 456. А. Шаповалов, 457. А. Шаповалов, 458. А. Шаповалов, 459. А. Шаповалов, 460. А. Шаповалов, 461. А. Шаповалов, 462. А. Шаповалов, 463. А. Шаповалов, 464. А. Шаповалов, 465. А. Шаповалов, 466. А. Шаповалов, 467. А. Шаповалов, 468. А. Шаповалов, 469. А. Шаповалов, 470. А. Шаповалов, 471. А. Шаповалов, 472. А. Шаповалов, 473. А. Шаповалов, 474. А. Шаповалов, 475. А. Шаповалов, 476. А. Шаповалов, 477. А. Шаповалов, 478. А. Шаповалов, 479. А. Шаповалов, 480. А. Шаповалов, 481. А. Шаповалов, 482. А. Шаповалов, 483. А. Шаповалов, 484. А. Шаповалов, 485. А. Шаповалов, 486. А. Шаповалов, 487. А. Шаповалов, 488. А. Шаповалов, 489. А. Шаповалов, 490. А. Шаповалов, 491. А. Шаповалов, 492. А. Шаповалов, 493. А. Шаповалов, 494. А. Шаповалов, 495. А. Шаповалов, 496. А. Шаповалов, 497. А. Шаповалов, 498. А. Шаповалов, 499. А. Шаповалов, 500. А. Шаповалов, 501. А. Шаповалов, 502. А. Шаповалов, 503. А. Шаповалов, 504. А. Шаповалов, 505. А. Шаповалов, 506. А. Шаповалов, 507. А. Шаповалов, 508. А. Шаповалов, 509. А. Шаповалов, 510. А. Шаповалов, 511. А. Шаповалов, 512. А. Шаповалов, 513. А. Шаповалов, 514. А. Шаповалов, 515. А. Шаповалов, 516. А. Шаповалов, 517. А. Шаповалов, 518. А. Шаповалов, 519. А. Шаповалов, 520. А. Шаповалов, 521. А. Шаповалов, 522. А. Шаповалов, 523. А. Шаповалов, 524. А. Шаповалов, 525. А. Шаповалов, 526. А. Шаповалов, 527. А. Шаповалов, 528. А. Шаповалов, 529. А. Шаповалов, 530. А. Шаповалов, 531. А. Шаповалов, 532. А. Шаповалов, 533. А. Шаповалов, 534. А. Шаповалов, 535. А. Шаповалов, 536. А. Шаповалов, 537. А. Шаповалов, 538. А. Шаповалов, 539. А. Шаповалов, 540. А. Шаповалов, 541. А. Шаповалов, 542. А. Шаповалов, 543. А. Шаповалов, 544. А. Шаповалов, 545. А. Шаповалов, 546. А. Шаповалов, 547. А. Шаповалов, 548. А. Шаповалов, 549. А. Шаповалов, 550. А. Шаповалов, 551. А. Шаповалов, 552. А. Шаповалов, 553. А. Шаповалов, 554. А. Шаповалов, 555. А. Шаповалов, 556. А. Шаповалов, 557. А. Шаповалов, 558. А. Шаповалов, 559. А. Шаповалов, 560. А. Шаповалов, 561. А. Шаповалов, 562. А. Шаповалов, 563. А. Шаповалов, 564. А. Шаповалов, 565. А. Шаповалов, 566. А. Шаповалов, 567. А. Шаповалов, 568. А. Шаповалов, 569. А. Шаповалов, 570. А. Шаповалов, 571. А. Шаповалов, 572. А. Шаповалов, 573. А. Шаповалов, 574. А. Шаповалов, 575. А. Шаповалов, 576. А. Шаповалов, 577. А. Шаповалов, 578. А. Шаповалов, 579. А. Шаповалов, 580. А. Шаповалов, 581. А. Шаповалов, 582. А. Шаповалов, 583. А. Шаповалов, 584. А. Шаповалов, 585. А. Шаповалов, 586. А. Шаповалов, 587. А. Шаповалов, 588. А. Шаповалов, 589. А. Шаповалов, 590. А. Шаповалов, 591. А. Шаповалов, 592. А. Шаповалов, 593. А. Шаповалов, 594. А. Шаповалов, 595. А. Шаповалов, 596. А. Шаповалов, 597. А. Шаповалов, 598. А. Шаповалов, 599. А. Шаповалов, 600. А. Шаповалов, 601. А. Шаповалов, 602. А. Шаповалов, 603. А. Шаповалов, 604. А. Шаповалов, 605. А. Шаповалов, 606. А. Шаповалов, 607. А. Шаповалов, 608. А. Шаповалов, 609. А. Шаповалов, 610. А. Шаповалов, 611. А. Шаповалов, 612. А. Шаповалов, 613. А. Шаповалов, 614. А. Шаповалов, 615. А. Шаповалов, 616. А. Шаповалов, 617. А. Шаповалов, 618. А. Шаповалов, 619. А. Шаповалов, 620. А. Шаповалов, 621. А. Шаповалов, 622. А. Шаповалов, 623. А. Шаповалов, 624. А. Шаповалов, 625. А. Шаповалов, 626. А. Шаповалов, 627. А. Шаповалов, 628. А. Шаповалов, 629. А. Шаповалов, 630. А. Шаповалов, 631. А. Шаповалов, 632. А. Шаповалов, 633. А. Шаповалов, 634. А. Шаповалов, 635. А. Шаповалов, 636. А. Шаповалов, 637. А. Шаповалов, 638. А. Шаповалов, 639. А. Шаповалов, 640. А. Шаповалов, 641. А. Шаповалов, 642. А. Шаповалов, 643. А. Шаповалов, 644. А. Шаповалов, 645. А. Шаповалов, 646. А. Шаповалов, 647. А. Шаповалов, 648. А. Шаповалов, 649. А. Шаповалов, 650. А. Шаповалов, 651. А. Шаповалов, 652. А. Шаповалов, 653. А. Шаповалов, 654. А. Шаповалов, 655. А. Шаповалов, 656. А. Шаповалов, 657. А. Шаповалов, 658. А. Шаповалов, 659. А. Шаповалов, 660. А. Шаповалов, 661. А. Шаповалов, 662. А. Шаповалов, 663. А. Шаповалов, 664. А. Шаповалов, 665. А. Шаповалов, 666. А. Шаповалов, 667. А. Шаповалов, 668. А. Шаповалов, 669. А. Шаповалов, 670. А. Шаповалов, 671. А. Шаповалов, 672. А. Шаповалов, 673. А. Шаповалов, 674. А. Шаповалов, 675. А. Шаповалов, 676. А. Шаповалов, 677. А. Шаповалов, 678. А. Шаповалов, 679. А. Шаповалов, 680. А. Шаповалов, 681. А. Шаповалов, 682. А. Шаповалов, 683. А. Шаповалов, 684. А. Шаповалов, 685. А. Шаповалов, 686. А. Шаповалов, 687. А. Шаповалов, 688. А. Шаповалов, 689. А. Шаповалов, 690. А. Шаповалов, 691. А. Шаповалов, 692. А. Шаповалов, 693. А. Шаповалов, 694. А. Шаповалов, 695. А. Шаповалов, 696. А. Шаповалов, 697. А. Шаповалов, 698. А. Шаповалов, 699. А. Шаповалов, 700. А. Шаповалов, 701. А. Шаповалов, 702. А. Шаповалов, 703. А. Шаповалов, 704. А. Шаповалов, 705. А. Шаповалов, 706. А. Шаповалов, 707. А. Шаповалов, 708. А. Шаповалов, 709. А. Шаповалов, 710. А. Шаповалов, 711. А. Шаповалов, 712. А. Шаповалов, 713. А. Шаповалов, 714. А. Шаповалов, 715. А. Шаповалов, 716. А. Шаповалов, 717. А. Шаповалов, 718. А. Шаповалов, 719. А. Шаповалов, 720. А. Шаповалов, 721. А. Шаповалов, 722. А. Шаповалов, 723. А. Шаповалов, 724. А. Шаповалов, 725. А. Шаповалов, 726. А. Шаповалов, 727. А. Шаповалов, 728. А. Шаповалов, 729. А. Шаповалов, 730. А. Шаповалов, 731. А. Шаповалов, 732. А. Шаповалов, 733. А. Шаповалов, 734. А. Шаповалов, 735. А. Шаповалов, 736. А. Шаповалов, 737. А. Шаповалов, 738. А. Шаповалов, 739. А. Шаповалов, 740. А. Шаповалов, 741. А. Шаповалов, 742. А. Шаповалов, 743. А. Шаповалов, 744. А. Шаповалов, 745. А. Шаповалов, 746. А. Шаповалов, 747. А. Шаповалов, 748. А. Шаповалов, 749. А. Шаповалов, 750. А. Шаповалов, 751. А. Шаповалов, 752. А. Шаповалов, 753. А. Шаповалов, 754. А. Шаповалов, 755. А. Шаповалов, 756. А. Шаповалов, 757. А. Шаповалов, 758. А. Шаповалов, 759. А. Шаповалов, 760. А. Шаповалов, 761. А. Шаповалов, 762. А. Шаповалов, 763. А. Шаповалов, 764. А. Шаповалов, 765. А. Шаповалов, 766. А. Шаповалов, 767. А. Шаповалов, 768. А. Шаповалов, 769. А. Шаповалов, 770. А. Шаповалов, 771. А. Шаповалов, 772. А. Шаповалов, 773. А. Шаповалов, 774. А. Шаповалов, 775. А. Шаповалов, 776. А. Шаповалов, 777. А. Шаповалов, 778. А. Шаповалов, 779. А. Шаповалов, 780. А. Шаповалов, 781. А. Шаповалов, 782. А. Шаповалов, 783. А. Шаповалов, 784. А. Шаповалов, 785. А. Шаповалов, 786. А. Шаповалов, 787. А. Шаповалов, 788. А. Шаповалов, 789. А. Шаповалов, 790. А. Шаповалов, 791. А. Шаповалов, 792. А. Шаповалов, 793. А. Шаповалов, 794. А. Шаповалов, 795. А. Шаповалов, 796. А. Шаповалов, 797. А. Шаповалов, 798. А. Шаповалов, 799. А. Шаповалов, 800. А. Шаповалов, 801. А. Шаповалов, 802. А. Шаповалов, 803. А. Шаповалов, 804. А. Шаповалов, 805. А. Шаповалов, 806. А. Шаповалов, 807. А. Шаповалов, 808. А. Шаповалов, 809. А. Шаповалов, 810. А. Шаповалов, 811. А. Шаповалов, 812. А. Шаповалов, 813. А. Шаповалов, 814. А. Шаповалов, 815. А. Шаповалов, 816. А. Шаповалов, 817. А. Шаповалов, 818. А. Шаповалов, 819. А. Шаповалов, 820. А. Шаповалов, 821. А. Шаповалов, 822. А. Шаповалов, 823. А. Шаповалов, 824. А. Шаповалов, 825. А. Шаповал

Несколько слов о технике

Техника фри-файта имеет своими основными составляющими специальную технику, вспомогательную технику и общую технику.

Специальная техника. Это техника, которая специфическая исключительно для фри-файта, которая, собственно, и есть тем, что называется фри-файтом. Специальная техника состоит из техники внешней работы (техника ведения поединка) и техники внутренней работы (цигун, тайцзи-цюань и йога). Специальная техника имеет разное происхождение. Часть ее (в особенности во внешней работе) является аутентичной техникой, часть (цигун, тайцзи-цюань) заимствована с шаолинской традиции. Важно понять, что фри-файт, как искусство боя, получается из слияния всех составных частей специальной техники.

Вспомогательная техника. Этот раздел находится в тесной взаимосвязи со специальной техникой. Вспомогательная техника также является специфической для фри-файта, однако она может использоваться и в других видах боевых искусств. Основное назначение вспомогательной техники – обретение определенных двигательных привычек или качеств, которые являются необходимыми для усвоения техники специальной. Вспомогательная техника включает в себя упражнения общего назначения (махи, тао, восстанавливающие упражнения) и специального назначения (разнообразные подводящие упражнения к выполнению специальной техники).

Общая техника. Это раздел, который объединяет упражнения, характерные для всех направлений не только боевых искусств, но и спорта вообще – выполнение разминки, растягивание и т.п. Однако для фри-файта эти упражнения также имеют свою специфику.

Ошибаются те, кто считает фри-файт набором отдельных технических элементов каратэ, кикбоксинга, борьбы, джиу-джитсу, дзюдо и т.п., вырванных из контекста своего «родного» вида и искусственно слепленных вместе. Вы никогда не сможете одержать победу в поединке с представителем фри-файта (одинакового спортивного разряда), будучи кик-боксером, или борцом, который выступает по правилам фри-файта. Чтобы овладеть техникой фри-файта, необходимо растворить свое тело, слиться с этой техникой, и вы ощутите, как она начнет руководить вашими движениями.

Техника фри-файта – это вообще не набор отдельных элементов. В поединке фри-файт не рассматривают отдельно удары, в отдельности блоки, в отдельности броски, в отдельности захваты, в отдельности технику ног, в отдельности технику рук и т.п. Поединок фри-файта – это последовательное неразрывное изменение положения бойца в пространстве, когда значение для выбора техники имеет только положение и действия соперника.



Спорт настоящих мужчин

Существование техники фри-файта невозможно в отрыве от конкретной боевой ситуации. Ведь использование любого базового элемента кардинально изменяется в зависимости от позиции относительно соперника. Например, техника выполнения прямого удара рукой в позициях «основная», «сидя сверху» и «рогатка» при внешнем сохранении принципа движения руки имеет огромные отличия. Даже в одной позиции все может измениться в зависимости от действий оппонента. В позиции «сидя сверху» вы можете мощными ударами не дать ни единого шанса сопернику для спасения, однако и соперник, активно выводя вас из равновесия, может не оставить вам и наименьшего мгновения для подготовки и выполнения удара, а сам найти возможность для атаки и выхода из этого опасного для себя положения. Поэтому при отработывании техники в фри-файте необходимо отойти от определенной конкретной позиции для выполнения техники. Боец должен быть способным мощно атаковать в любой момент поединка, в любую часть тела, по любому уровню, из любого расстояния и направления.

Так закончился рассказ об удивительном мире фри-файта, поведавший нам Алишером Курбановичем. Ограниченность времени не позволила нам узнать большего, хотя наш собеседник мог говорить о своём направлении ещё долго, раскрывая всё новые и новые аспекты безграничного мира, называемого «фри-файт». (Прим. Редакции. В общении с Алишером Муминовым мы отметили его необычайную разносторонность, дисциплинированность, обязательность, преданность своему делу и своей семье. Быть может, такое сочетание качеств присуще всем людям, выросшим в многодетной семье простых работающих людей и добивающимся своих достижений упорным трудом?).

ДНЕПРОПЕТРОВСКАЯ ОБЛАСТНАЯ ФЕДЕРАЦИЯ КАРАТЭ-ДО КРАТКИЙ ИСТОРИЧЕСКИЙ ОЧЕРК ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

Днепропетровская Школа каратэ хорошо знакома всем приверженцам этого популярного вида единоборств. Её высокий уровень каждый раз подтверждают спортсмены Днепропетровщины на турнирах разных уровней, демонстрируя высокий класс техники, будь-то ката или кумитэ. Достигнутые ими успехи не были бы возможны без традиционной системы передачи знаний в каратэ – от Учителя к ученику. Именно такой Учитель и возглавляет федерацию – **Вилианский Владимир Николаевич**, заслуженный тренер Украины, президент областной федерации Каратэ-до, президент областной Ассоциации единоборств, 4 Дан Каратэ WSKF, судья международной категории, доцент, заведующий кафедрой физического воспитания и спорта Национального горного университета.

Его путь в будо начался в студенческие годы с увлечения единоборствами. В каратэ он пришел из бокса, в тяжёлые для каратэ времена запрета продолжал тренироваться в подвалах и в составе комсомольских оперативных отрядов под видом самбо. Затем руководил областным военно-спортивным объединением, организовал центр боевых искусств «Сатори» и в 1993 году возглавил областную федерацию каратэ-до. В 1999 году по его инициативе была создана областная Ассоциация единоборств, объединившая несколько федераций: каратэ (направления шотокан, годзю-рю джундокан, шито-рю), Тайландского бокса, Кикбоксинга, УШУ, Айкидо, Капоэйра.

Возглавив Ассоциацию, Владимир Вилианский активно занялся её развитием, как структуры объединяющей различные направления боевых искусств, и, одновременно, продолжал выступать на татами. В 2000 г. успешно выступил на Чемпионате Мира по Каратэ Шотокан в г. Токио, а в 2002 г. получил звание Заслуженного тренера Украины.

Как тренер продолжает работать, в основном со студенческой молодёжью, организывает и проводит соревнования среди молодежи и студентов областного и всеукраинского уровней, руководит сборной командой НГУ, которая является неоднократной победительницей Универсиады области среди студентов по каратэ.



Прыжки перед Чемпионатом Украины по Каратэ WSKF.
Аэродром «Каменка», Днепропетровск, 2008 г.

Основной целью Ассоциации я считаю объединение усилий и организация работы по продвижению спортсменов области на Всеукраинский и международный уровень. Ассоциацией проводились чемпионаты области, Украины, масштабные спортивно-массовые мероприятия международного уровня: матчевые встречи спортсменов Украины со спортсменами США, Грузии, Молдовы, Литвы, а также кубки президента по единоборствам (бокс, кикбоксинг, тайландский бокс, прайд, каратэ, кик-джитсу). Так что динамика развития есть.

Особо хочу отметить, что в федерации Каратэ-до Днепропетровской области работают инструкторы и тренеры с хо-

сегодня Владимир Николаевич – член межвузовского методического Совета по вопросам физического воспитания, член Совета НГУ, председатель областной федерации Каратэ-до, руководитель областного центра студенческого спортивного союза Каратэ Украины, президент областной Ассоциации единоборств, член Совета Всеукраинской федерации каратэ-до, судья международной категории, инструктор и мастер 4 Дана Всемирной федерации шотокан Каратэ-до.

О достижениях Ассоциации и областной федерации каратэ Владимир Вилианский говорит следующее. «За время существования федерации её воспитанники добивались успехов на соревнованиях различных уровней: областных, Всеукраинских, международных. Среди спортсменов областной федерации неоднократные призёры и Чемпионы Украины по различным версиям каратэ: Караиванов Игорь, Шарапанюк Евгений, Денис Ярослав, Вилианский Андрей, Реут Евгений, Самара Сергей, Ткачук Сергей, Школьная Наталья, Возник Артем и другие спортсмены Днепропетровской области.

Хочу выделить таких спортсменов, как Меркулов Владимир, Николаенко Анастасия, ставших призёрами чемпионатов Европы и Мира, а Зиму Андрея, победителя Чемпионата Европы 2008 года. Все они мастера спорта Украины Международного класса.

Спортсмены областной федерации совершенствуют своё мастерство не только во время тренировок и соревнований, среди которых немало спортсменов, имеющих 1, 2 и 3 Дан, Мастеров Спорта Украины. Федерация регулярно проводит сборы и семинары, включая международные. Каждые два года, начиная с 2000г., в Днепропетровск приезжает гранд мастер каратэ из Токио, шеф-инструктор Всемирной Федерации Каратэ шотокан, семикратный Чемпион Мира Хитоши Касуя (9 Дан), для проведения технического семинара и экзаменов по каратэ. На этих семинарах обычно присутствуют спортсмены из Украины, России, Белоруссии, Грузии, Молдовы, Армении и др.



Владимир Вилианский
(4 дан) и Хитоши
Касуя (9 дан),
На международном
семинаре по карате в
г. Днепропетровске,
2006 г.

рошим опытом, профессионалы, настоящие мастера своего дела. Именно благодаря их труду наша структура является активно развивающейся. В ближайших планах – проведение международного семинара с участием Хитоши Касуя с 21 по 24 октября и Чемпионата Украины по каратэ, по версии WSKF с 25 по 27 октября».

Помимо этого, Владимир Николаевич огромное внимание уделяет «воспитательной» составляющей. Увлекаясь охотой, дайвингом, подводной охотой, он ходит со своими воспитанниками в походы, прыгает с парашютом. Одно слово, – Учитель.

«АБСОЛЮТНОЙ ИСТИНА» КИОКУШИН

Анатолий и Виктор Матюшины. Эти имена известны не только в Днепрпетровске. Их знают все без исключения последователи Киокушин каратэ. Они – Мастера Киокушина, стоящие у истоков этого стиля каратэ в Украине.

29 марта 2008г. в «Альма матер» Киокушин каратэ, Со-Хонбу в Токио, состоялось сдача тестов на звание шихана 5 Дан для Сэнсея Анатолия Матюшина и Сэнсея Сергея Всеволодова. Не просто тестов, а тестов в требованиях возраста не старше 34 лет, несмотря на то, что Анатолию более 61 года, а Сергеем более 51 года! Они были единственными представителями Украины, удостоенными этой возможности. К слову сказать, все оставшиеся 9 претендентов были японцами. Сказать, что они прошли тесты достойно, не сказать ничего. 50 боев, где в отбивке принимают участие призеры Японии и 9-го Чемпионата мира. Это и есть Киокушин в лучших его традициях.

Об этом событии нам рассказал **Анатолий Павлович Матюшин.**

«Нас два брата близнеца. И первым этот «ПУТЬ» в ноябре 2007 года прошел мой брат Виктор. Киокушин – это искусство и философия борьбы, не с кем-нибудь, а с собой. Это и есть философия жизни, которой мы следуем с самого детства. Это и преодоление, когда тело не может, а что-то, что мы называем «ДУХОМ», позволяет прожить, это с достоинством не теряя своего лица. И мой брат в этом смысле для меня пример. Быть обучаемым, несмотря на свой возраст и быть амбициозным, в хорошем смысле этого слова и является тем стимулом движения к постижению «Абсолютной Истины». Помимо этого мы представляли свою страну - Украину в «Альма матер» Мирового Киокушина. И если говорить откровенно, то нас трое, которые впервые прошли тесты в таких требованиях. Виктор немного раньше, а мы с Сергеем чуть погодя. Стимулов не было, а было Киокушин, которому посвящена вся наша жизнь.

Тест на зрелость, несмотря на возраст, это всегда преодоление, это уже другое качественное восприятие жизни и я благодарен тем высоким требованиям, в условиях которых мне и Сергеем пришлось прожить все, что проявляется в том, что Киокушин реальна как сама жизнь. Только гораздо концентрирование и быстротечнее. Это испытание на «ДУХ» и «ПРОЧНОСТЬ», на огромную ответственность в преодолении тех препятствий, которые стояли на нашем «ПУТИ». Хочу сказать, что японцы помогали проявить нам все свои ка-

чества и преодолеть все препятствия, которые стояли на нашем «ПУТИ», ведь возраст 61 год его никуда не денешь! А к высоким требованиям мы всегда были готовы. Это не бравада. Начиная со 2 Дана, тесты сдавали представителям Со Хонбу, на 2-й Дан – шихану Хатсуи Рояме, а на 3, 4 и 5-й Даны Канчо Шокею Матсуи. Мы не лучше и не хуже представителей Восходящего Солнца, мы просто другие. Мы славяне, а это говорит о многом.

Вообще, если проводить какие-то сравнения, хочу отметить следующее.

Киокушин каратэ изменилось во многом, как в сложности, так и в проявлении «ДУХА». Мне не посчастливилось, и моей мечте не удалось осуществиться - принять участие в системе Учи Деси. За то Виктор, более удачен в этом отношении. В 1997 году он чуть более 3-х месяцев, в возрасте 51 года прошел обучение в элитной системе Учи Деси. И как он рассказывал, что посещал 22 тренировки в неделю. Система Киокушин и «ДУХ» Киокушин только возрос после преждевременного ухода Сосая Масутацу Оямы. Только регулярная практика Киокушин каратэ позволяет проникать в глубины «ДУХА» и знаний, обретения мудрости и уважения. Так всегда и в жизни и по-другому не бывает. Мы с Виктором, например, практикуем Киокушин 6 раз в неделю, 5 раз в неделю каждое утро посвящаем выполнению всех основных ката, а их 24. Это в какой-то мере и дало возможность пережить 50 боев. Буду лукавым, если скажу, что это было просто. Это было огромным испытанием, как для моего тела, так и для моего «ДУХА». Если брат смог пройти достойно это испытание, то и мне это по плечу. Ведь чем больше постигаешь, тем четче осознаешь, как мало ты знаешь, и как многое нужно постигать и ты опять в поиске за постижением «Абсолютной Истины». В этом и есть прелесть Киокушин в бесконечном постижении и преодолении. Киокушин каратэ - это прекрасный путь познания самого себя, это вечное путешествие во вселенной человеческих возможностей. Мудрости Вам на этом «ПУТИ».

Киокушин - это моя жизнь в очень концентрированной форме. Дух непостежим, а, двигаясь по «ПУТИ» Киокушин, и проявляешь свой «ДУХ». Жить всегда не просто, но как это прекрасно. Жизнь прекрасна, это и есть постижение «ДУХА». Самое сложное - это последний бой, это и преодоление и начало нового этапа жизни с большей ответственностью и любовью ко всем тем, кто помог преодолеть идти дальше!»

*От лица всей Редакции журнала «Боевые искусства – ключи к совершенству» мы поздравляем **Анатолия и Виктора Матюшиных и Сергея Всеволодова** с очередным удачным шагом на Пути постижения «Абсолютной Истины» Киокушин и желаем им дальнейших успехов!*