Что такое Исшин-рю?

Принципы Исшин-рю каратэ

Исшин-рю каратэ — это очень практичный и прагматичный стиль каратэ. Метод самозащиты, преподаваемый в Исшин-рю каратэ, — очень эффективен и может быть использован человеком любой комплекции, возраста, веса и пола. На базовом уровне нет высоких ударов или сложных техник, что делает этот стиль практичным в очень широком спектре ситуаций.

Вертикальный удар

В Исшин-рю удар — вертикальный, что делает его более мощным и является более естественным движением, чем скручивающий удар, используемый в других стилях. Кроме того, втягивание удара позволяет наносить более серьезные повреждения, чем толкающие, скручивающие удары.

Естественные стойки

Исшин-рю использует естественные стойки и положения тела. Боевая стойка — это простая прямая стойка, которую легко изучить и совершенствовать. Все стойки в Исшин-рю очень хорошо отбалансированы для быстрого движения в любом направлении.

Надежные блоки

В Исшин-рю большинство блоков делаются при помощи разгибательной мышечной группы (мышцы предплечья) вместо локтевой или лучевой кости. Это дает преимущество, так как удар рассеивается и по локтевой, и по лучевой кости, а не поглощается одной костью. Благодаря этому рука также имеет более естественное положение во время блокирования.

Ступенчатые удары ногами

Все удары ногами в Исшин-рю являются «ступенчатыми». Под «ступенчатостью» удара подразумевается полное поднятие ноги в соответствующее положение, перед тем как полностью распрямить ногу. Эта техника имеет много преимуществ, включая скорость, резкость, силу и неочевидность направления удара для оппонента.

Низкие удары

Большинство ударов ногами в Исшин-рю разработаны для поражения целей в нижней части тела. Выбирая в виде целей пах, ноги и низ живота, удары ногами имеют оптимальную силу, нанося серьезные повреждения. В базовую технику не входят удары с раскруткой, подпрыгиванием, высокие удары. Только практичные удары, которые могут быть использованы в любой ситуации.

Подготовка тела

Исшин-рю фокусируется на реальных боевых ситуациях. В нашей системе делается акцент на подготовку рук и тела, что является основным в боевых ситуациях реальной жизни.

Оружие

Тренировка с оружием является составной частью Исшин-рю. Фундаментальной частью Исшин-рю является тренировка Кобудо, которую должен пройти каждый черный пояс. Изучение эффективного использования трех видов оружия (Бо, Саи, Тонфа) дает серьезную базовую подготовку для использования доступных подручных средств и предметов, когда возникает необходимость в самозащите. Человек, мастерски владеющий Бо, будет смертельно опасен и с метлой в руках, если понадобится.

Исшин-рю способствует правильному восприятию будо-братства. Несмотря на то, что бои на соревнованиях и аттестациях очень суровы и временами жестоки, всегда есть уважение и понимание.

Со всеми этими достоинствами, Исшин-рю является очень эффективным боевым искусством. В соревнованиях по всему миру, представители Исшин-рю часто завоевывают высшие призы в кумитэ, перебивании и ката.

Предоставлено пресс-службой федерации

SHINSHINKAN ISSHIN RYU
KARATE UKRAINE

Проводится **набор учеников** различного уровня подготовки для занятий в группах, а также индивидуально. На тренировках соблюдаются строжайшие меры безопасности.

Профессиональный подход к обучению различным техникам позволит ученикам усовершенствовать свою физическую подготовку, а также овладеть приемами самообороны. **Занятия проводятся круглый год. Летом ученики группами выезжают на тренировочные сборы.**

**Национальный директор «Шиншинкан»
Каратэ-до Украины;
президент ДОФОСО «Клуб Масакацу Акацу» —**

**Компанец
Владислав Вячеславович** (3 Дан)

*http://swko.at.ua