

Предлагаем вашему вниманию краткое интервью, которое дал нашей Редакции один из известных и авторитетных Мастеров каратэ современности, ветеран боевых искусств **Сергей Викторович Мычак**.

— **Сергей Викторович, расскажите, пожалуйста, нашим читателям, как Вы пришли в боевые искусства.**

— Как и все мальчишки того времени мечтал быть сильным, мужественным, презирающим страх. Путь к этому видел в занятиях спортом. В то время в бывшем СССР о существовании каратэ знали очень ограниченное количество людей, поэтому я занимался в разные годы футболом, баскетболом, самбо, боксом. В 1976 году я начал тренироваться со своим младшим братом по книге сэнсэя Нишияма в фотографиях на русском языке, которую принес отец, взяв под честное слово у друзей из силовых ведомств. Кстати, эта книга в таком же виде мною сохранена, как память. В 1978 году я пришел (вернее сказать, устроили по знакомству) в секцию каратэ. Вот с этого момента и началось мое становление как каратиста. Продолжал заниматься в Вооруженных Силах СССР. После запрета был момент, в абсолютном информационном вакууме по каратэ «бросался» из стиля в стиль. Пробовал себя в стилях кунг-фу: хунгар, ба-гуа. Повторяя ранее изученную технику каратэ в течение почти четырех лет одновременно занимался винг-чун, стилем великого Брюс Ли. Участь в медицинском институте, познакомился со студентами-каратистами — Эбтисан Салех (Иордания) и Арманда (Мадагаскар).



Ученик и учитель: Максим Юрец и Сергей Мычак

Они и стали моими наставниками. Впоследствии Э. Салех для меня действительно стала Учителем. И уже тогда в тренировочном процессе были элементы цигуна, технические и тактические различия между спортивным каратэ и боевым, этика, специальные упражнения на гибкость, скорость, мощь, финты, искусство уязвимого места, грамотная набивка рук и ног. Я узнал технику Белого Журавля и Черного Тигра. А также и метод преподавания каратэ. В моей библиотеке на почетном месте находится книга сэнсэя, который обучал Э. Салех, на арабском языке. В тот период времени единоборщники собирались в лесопарке для обмена информацией, но больше для поединков между школами. Перед по-

единками обязательный ритуал приветствия и... бои, которые жесткостью (прошу не путать с жестокостью) и стилевой техникой.

— **Вы являетесь, насколько мне известно, официальным представителем трех международных организаций: Тоуаквай каратэ, Теншинкан каратэ, ассоциация боевых искусств военных и полицейских. Расскажите о них.**

— В 1991 году мы (это я и мой друг Сергей Остапенко) приняли участие в международном кубке Гран-при Словакия. Попали

Сергей Мычак: начало пути



Тренировка по каратэ

мы на этот турнир благодаря, опять же, моему хорошему товарищу — Сергею Соболеву, который учился в университете г. Братислава и там же заработал 1 кю, коричневый пояс по каратэ Годзю-рю. Нас поразила великолепная техника каратэ: мощные и фантастически быстрые одиночные удары, сметающая техника с добиванием, удары ногой в голову с поворотом.

С помощью Александра Попова мы познакомился с элитой европейского каратэ. И впоследствии, когда я встречался с представителями Тоуаквай в Германии, именно участие в турнирах того времени сыграло немаловажную роль и мне выдали документы главного инструктора ТКА Украины от 1 января 1993 г., так что Новый Год стал двойным праздником.

Ассоциация принадлежит знаменитой в области каратэ и дзюдо английской семье Андерсон. Основал в 1973 году Joe Anderson, штаб-квартира находится в Лондоне. Генеральным секретарем является сын основателя, тоже Joe Anderson. Учитывая, что долгие годы представители семьи были консультантами спецподготовки в полиции и других отрядах особого назначения, правила соревновательного каратэ — это контактные удары при минимуме снаряжения (капа, накладки на руки, паховая раковина). Запрещены удары в нос и глаза, по суставам. Мы провели множество турни-



Сергей Мычак

ров как областного, так и всеукраинского масштабов и за счет грамотного судейства, серьезных травм не было.

К сожалению, широкого распространения среди каратистов эти правила не имели. Причин много. Особое место в тренировочном процессе занимает контактная подготовка и самооборона. ТКА Канады — это и есть ассоциация военных и полицейских. Ассоциация была создана для распространения инструкций по техническим приемам защиты, изучения и преподавания сдерживаемо-оборонительной



Чемпионат мира 2006 г., Лас-Вегас, США, FSKA

технике при аресте, изучения психологических особенностей поведения человека в экстремальных ситуациях и многое другое. Мне, как офицеру-правоохранителю, было интересно, а как там, у них... все происходит. Tenshinkan — стиль каратэ, основателем которого является японский гранд-мастер Kancho Mamoгу Miwa. Дословно Tenshinkan означает стиль Искреннего (так называл Miwa Г. Фунакоши). Стиль сочетает каратэ-Сётокан, айкидо, джиу-джитсу и включает современную технику боя: уходы, перемещения по кругу, а также аси-сабаки — способ атаки противника под углом. За меня перед сэнсэем поручились многие каратисты мира, и мне в 2001 году пришло приглашение от основателя присоединиться к мировой федерации Tenshinkan и я с радостью принял это приглашение.

Беседовала Оксана Чикитина