



Александр Синегуб



Школа Боевых Искусств Александра Синегуба

Сегодня у нас в гостях основатель и главный инструктор Школы боевых искусств OSMAS Александр Владимирович Синегуб, представляющий свою Школу.

Александр Синегуб. Обладатель 4-го дана Айкидо Йошинкан, инструктор AYF с правом самостоятельной аттестации своих учеников на мастерскую степень (1, 2 Dan). Закончил Волынский государственный университет, по образованию тренер-преподаватель.

— Александр Владимирович, традиционный вопрос, задаваемый руководителям школ боевых искусств, — расскажите, пожалуйста, о своем Пути.

— Регулярные занятия боевыми искусствами я начал в 1986 году. Усиленно занимался рукопашным боем и каратэ, служил в спецчастях морской пехоты ВМФ СССР. После службы продолжил тренировки по рукопашному бою и каратэ, практиковал кунг-фу, бокс, владение японским мечом (катаной). Следующей моей ступенью в боевых искусствах в 1997 году стало Айкидо... В ноябре 2010 года по приглашению Хонбу додзэ Айкидо Йошинкан я находился с визитом в Японии и участвовал как глава OSMAS Dojo в показательных выступлениях на Всемирном фестивале, посвященном 55 годовщине Айкидо Йошинкан.

— Известен тезис о том, что японским боевым искусствам нужно учиться у японцев, с кем из японских Мастеров Вы идете по Пути БУДО?

— Не только японских, но и у других видных Мастеров современности! Во время путешествия по Японии я встретился со многими легендарными мастерами Айкидо Йошинкан: **Канчо Ясухиса Сиода** (8-й дан), **Такено Такафуми** (9-й дан), **Такехико Сонода** (8-й дан), **Сусуму Чино** (7-й дан), **Жак Пайет** (7-й дан), посетил их Додзэ и тренировался под их руководством в специально организованных мастер-классах. Я вообще сторонник очень активной жизни и деятельности, люблю путешествовать и встречаться с новыми интересными людьми, постоянно стараюсь повысить свой профессиональный уровень, регулярно участвую в учебных мероприятиях и семинарах, проводимых в Украине и за рубежом мастерами Айкидо Йошинкан международного уровня (**Д. Рубенс-сенсей**, 6-й дан, Англия; **К. Накадзавасенсей**, 5-й дан, Япония; **К. Блок-сенсей**, 8-й дан, Канада; **К. Ито-сенсей**, 5-й дан, Япония; **Дж. Рейнольдс-сенсей**, 5-й дан, Таиланд; **Р. Мастерд-сенсей**, 7-й дан, Канада; **Т. Андо-сенсей**, 8-й дан, Япония, **Канчо Я. Сиода**, 8-й дан, Япония). Мне нравится путешествовать и учиться. С этой целью побывал в Таиланде, Чехии, Японии, Канаде, Польше. В апреле 2011 я провел несколько недель в Канаде в Chudokai Aikido Federation International у **Кевина Блока-сэнсея** и в течение этой поездки также участвовал в семинаре **Р. Мастерда-сэнсея** в г. Миссиссага.

Что же касается «скрытой части» Вашего вопроса (**Александр Синегуб улыбается, прим. Редакции**), то на 4 дан Айкидо Йошин-

кан я был аттестован в октябре 2011 г. главой Aikido Yoshinkai Foundation (Международной организации Айкидо Йошинкан), **Канчо Ясухиса Сиода**, (8-й дан, Япония). Я тоже считаю, что учиться лучше у основателей, но все-таки следует учитывать национальные традиции, менталитет. Особенно это важно в тренировке детей.

— Какие направления боевых искусств представлены в Вашей Школе?

— У нас, как говорят, есть все, что Душе угодно — как для саморазвития, так и для эффективной самообороны: Айкидо Йошинкан, Рукопашный бой, Иайдо.

— Ну, и практический вопрос от желающих обучаться, как можно с Вами связаться?

— Я всегда рад ответить на любые вопросы всем заинтересованным в постижении боевых искусств, так что звоните и пишите! **Мои контакты: *e-mail: info@osmas.com.ua, тел.: 044-223-4928, 050-351-6989.** Места проведения тренировок в г. Киеве можно посмотреть на нашем сайте <http://osmas.com.ua>. Так что, двери нашего додзэ гостеприимно открыты!

Беседовала
Оксана Чикитина



Айкидо Йошинкан (Ёсинкан).

Элитное боевое искусство, основанное на техниках и приемах древних самурайских кланов Японии. Мы представляем AYF — Международную организацию Айкидо Йошинкан, постоянно участвуем и сами организуем семинары с мастерами со всего мира (Япония, Канада, Англия и т. д.).



ИАЙДО (владение японским мечом КАТАНА).

Умение мгновенного выхватывания меча и нанесения молниеносных ударов; медитация и практичность. Сильная, уверенная техника прекрасно сочетается с правильной концентрацией дыхания и движений.



Рукопашный бой и самообороны

— техника ударов руками и ногами, борьба с бросками и болевыми/удушающими удержаниями, прикладные техники для жизненных ситуаций, контроль агрессии, психологическая и физическая закалка.



ОБЩЕЕ РАЗВИТИЕ (для детей и взрослых)

— начинаем правильно и полноценно дышать; учимся расслабляться и растягиваться; приводим в порядок и укрепляем свое тело; осваиваем элементы йоги.



Для всех желающих проводим летние экспедиции/лагеря для взрослых и детей, тематические ознакомительные занятия, выездные тренинги на природе.