

# СВІТ ЄДИНОБОРСТВ

№3 (2009)

WORLD OF MARTIAL ARTS • СВІТ ЄДИНОБОРСТВ • МИР ЄДИНОБОРСТВ



Известный  
мастер единоборств  
Вандерлей Силва  
(Бразилия)  
стр. 1-3









"Предлагаем вниманию читателей фотографии боев с участием знаменитого мастера единоборств, победителя и призера крупнейших международных соревнований по джиу-джитсу и боям без правил Вандерлея Силвы (Бразилия)





# СТРЕМЛЕНИЕ БЫТЬ В ЛИДЕРАХ



Вице-президент АПВЕ А.Чистов, народный депутат Украины Ю.Кармазин и ведущий ринганонсер соревнований В.Мелянский



Поединки прошли в лучших традициях жанра боевых искусств



Время доказало эффективность и актуальность лидерства, его важность и востребованность. Поэтому вполне понятно, что каждый спортивный топ-менеджер, который стремится к тому, чтобы стать успешным – должен стать **лидером!** В постсоветском пространстве мира боевых искусств давно утвердился на таких позициях, вице-президент Ассоциации профессиональных видов единоборств (**АПВЕ**), киевлянин Андрей Чистов. В Западной Европе – президент Всемирной организации кикбоксерских организаций (**WAKO**) итальянец Эннио Фальсони. Их бурная и целеустремленная деятельность не ограничилась лишь организацией соревнований, чемпионатов, семинаров, конгрессов. Несколько лет назад эти хорошо известные специалисты и руководители создали Всемирную федерацию по смешанным видам единоборств (**W.M.M.A.F.**) Регистрация состоялась в г. Милане (Италия). Президентом стал А.Чистов, вице-президентом Э.Фальсони, а генеральным секретарем Е.Борщевская (АПВЕ, Украина).

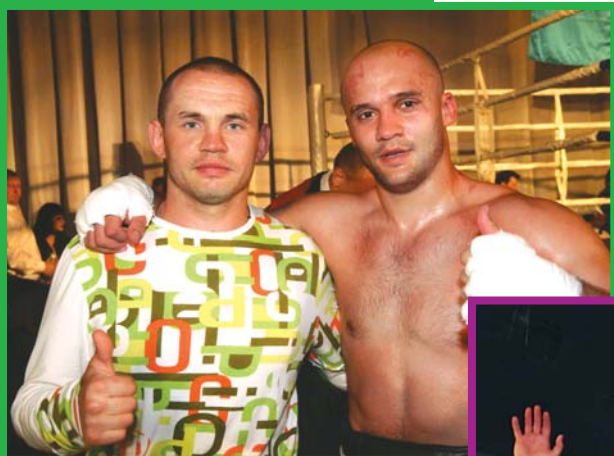
WMMAF уже была организатором нескольких престижных чемпионатов, составила рейтинг лучших спортсменов и судей. А недавно в Киеве прошел большая судейский семинар и турнир по боевым искусствам. Причем это было сделано в лучших традициях известных мировых спортивных федераций. Неудивительно, что мероприятие получило большую позитивный резонанс. Семинар, на который собрались несколько десятков авторитетных специалистов и судей из разных стран, приехал проводить технический директор WMMAF, итальянец Патрицио Риццоли. Он, а также другие участники форума, отметили, что сейчас в мире все более популярными становятся смешанные бои, причем как профессиональные, так и любительские. Растет количество клубов и федераций, культивирующих **кик-джицу, шут-боксинг, фри-файт, борьбу, джиу-джитсу и валигудо**. Отметим, что именно эти шесть видов единоборств теперь станут официальными в практической деятельности WMMAF и ее представительств. Были обсуждены и утверждены правила, по которым должны проводиться соревнования, основные моменты судейства, а также ряд организационных вопросов проведения чемпионата мира в октябре 2009 года в г. Ялте (Крым, Украина). Впечатляющими были и поединки по кик-джицу и боксу, состоявшиеся в Центральном Доме офицеров Вооруженных Сил Украины, которые были приурочены к международному совещанию и семинару судей. Результаты боев: кик-джицу (вес 57кг) В.Лисняк (Кривой Рог, Украина) выиграл у А.Гурбанова (Орджоникидзе, Россия), (61кг) - Ю.Перегатько (Кривой Рог) победил И.Бондаря из Кировограда. (71кг) - М.Бабенко (Орджоникидзе) был лучшим в бою против криворожца Р.Ямкового. (75кг) А.Городниченко (Киев) выиграл у В.Смыченко (Кривой Рог) бокс (вес до 91кг) В.Невеселый (Северодонец) победил А.Осадчего (Львов). Один поединок состоялся по ушу-саньда, в котором В.Фатеев из Симферополя (вес 77,9кг) выиграл у представителя России Г.Джангишиева.

По решению руководства АПВЕ и WMMAF решено сделать такие семинары и соревнования традиционными и ежегодными.

**Александр Борщевский**



Атлет АПВЕ Виталий Невеселый  
со своим наставником  
Русланом Коваленко



"Этот турнир  
еще раз убедительно  
подтвердил, что виды  
единоборств, которые  
развивает и популяризует  
WMAF и АПВЕ  
пользуются все  
большей поддержкой  
у молодежи разных  
стран, а это вселяет  
надежду и уверенность  
в будущее..."



Рефери М.Костючок(Чернигов)  
поднимает руку победителя боя

Фото Александра Довжука

## ВАЖНАЯ ВСТРЕЧА В БАНГКОКЕ



На фото: Сенатор Таиланда К. Бхакудибхуми и А.Чистов  
во время встречи в Бангкоке

В столице Таиланда г. Бангкоке состоялась встреча и переговоры между вице-президентом АПВЕ А.Чистовым и сенатором Таиланда, вице-президентом Всемирного боксерского совета(WBC), генералом Ковидом Бхакудибхуми. Обсуждены вопросы партнерских взаимоотношений и сотрудничества в экономической и спортивных областях. Контакты будут расширяться.  
(собств.инф.)





# ПРАВЫЙ БОЙ ЗА МЕЧТУ



Всемирно известный бразильский писатель Пауло Коэльо в своем романе "Дневник мага" отметил один важный момент: "Когда мы пытаемся высунуться за стены нашего обыденного существования, мы... ощущаем горечь поражения. Но нам не дано принять великой радости, наполняющей сердца всех тех, кто сражается. Ибо для них не важны победа или поражение: значение имеет лишь то, что они ведут Правый Бой".

Сказано лаконично, но очень точно. Особенно близки, видимо, такие формулировки для почитателей боевых искусств. Вспоминались эти строки, когда наблюдал недавно в центральном Доме офицеров Вооруженных Сил Украины очередной матч по кикбоксингу между клубными командами Украины и России. Динамизм и накал борьбы, высокая техника спортсменов лишний раз свидетельствовали об их "заряженности" на победу, но только в честной и действительно джентльменской борьбе, без грязных приемов и недопустимого нарушения правил. Именно этим и отличаются, уже ставшие традиционными, поединки между украинскими и российскими кикбоксерами.

Первыми вышли на ринг (по правилам лоу-кик) москвич Сергей Гнутов (вес 63,5кг) и харьковчанин Богдан Лукин. Формула этого и всех других поединков была 5 раундов по две минуты. Выиграл по очкам украинский спортсмен. В поединке между Русланом Щелевым (вес 67 кг, Кривой Рог, Украина) и россиянином Алексеем Зайцевым зафиксирована ничья. Напряженным и интересным было противостояние (по правилам К-1) москвича Николая Бубнова (вес 71 кг) и Ростиславом Хворостом (Кривой Рог). Здесь также была объявлена ничья. По правилам (фул-контакт) украинский кикбоксер Сергей Кравчина (вес 81 кг) уступил россиянину Алексею Дергаю.

Воспользовавшись небольшим перерывом, я поинтересовался мнением известных в мире боевых искусств специалистов, что они думают о мастерстве спортсменов, как оценивают уровень поединков и судейства, чем характерен нынешний матч кикбоксеров двух братских стран?

**Андрей Чистов** – вице-президент Ассоциации профессиональных видов единоборств (организатор матча), обладатель черного пояса каратэ, президент Всемирной федерации смешанных видов единоборств: "Я и многие мои коллеги увидели сегодня очень интересные, содержательные бои, целый каскад ярких комбинаций и приемов. Это конечно радует. Но главное, что подобные матчи являются своеобразным мостом укрепления дружбы и сотрудничества между спортивными организациями Украины и России".

**Петр Новосильцев** – чемпион России по каратэ, директор московского спортивного клуба боевых искусств "Дружба": "Поединки прошли блестяще, на очень высоком уровне. В зале царил дружественная атмосфера дружбы и партнерства. Хотелось бы, чтобы традиции наших встреч продолжались и на российской и на украинской земле".

**Ричард Карпов** – участник XVI Олимпийских игр, заслуженный мастер спорта по боксу, главный судья матча: "Бои были на высоком уровне, спортсмены демонстрировали хорошую технику и придерживались установленных правил. Что не может не радовать судей. Моя оценка матчу и работе судей – отлично."

Последними на ринг (по правилам К-1) вышли известные и титулованные бойцы: Дмитрий Борулько (вес 90 кг, Луганск, Украина) и Гамзат Исмаилогомедов (Курск, Россия). В напряженном поединке победу праздновал Д. Борулько.

Ответный матч состоится в Москве.

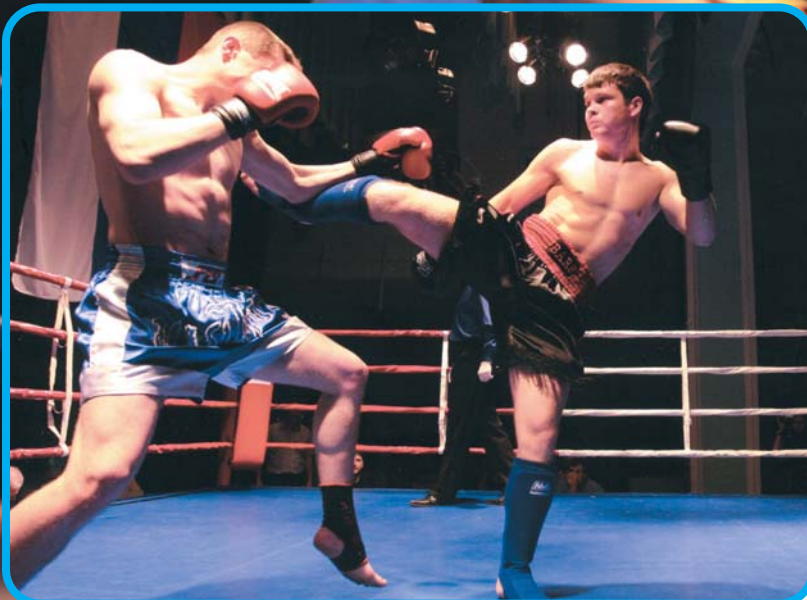
**Александр Борщевский**  
**Михаил Рекунов**



В зале знаменосцы и спортсмены



Церемония торжественного открытия





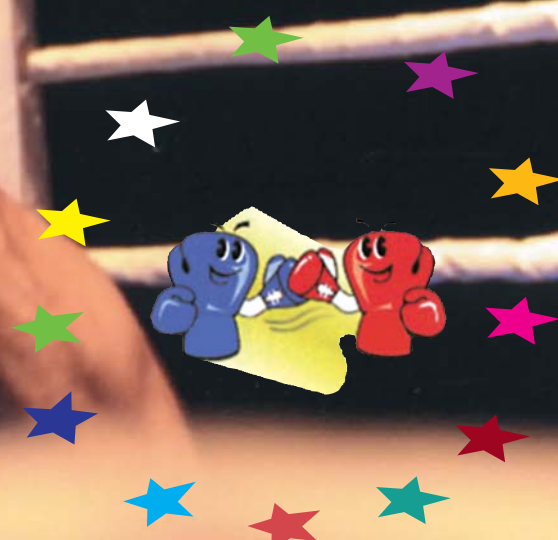
"Движения опытного бойца единоборств, независимо от того, исполняет ли он упражнение или сражается в поединке, намеренно осмысленны – даже если они выполняются с молниеносной скоростью, они остаются контролируруемыми и уравновешенными – именно потому, что эти люди пребывают в гармонии с потоком энергии, исходящим из их тел и пронизывающим их"  
**Чак Норрис**



Моменты поединков



В церемонии открытия матча принимала участие заместитель городского головы г.Алушты (Крым) Е.Асмолова, которая была награждена специальным дипломом Ассоциации







## Слагаемые успеха



Генеральный директор ГП "Свердловантрацит" Александр Плювако, директор по экономике и финансам Ольга Лузгина, Евгений Алехин, тренер Николай Орыщенко.



Старший тренер-преподаватель Свердловска и областного совета ФСО "Спартак" Луганской области, мастер спорта СССР по боксу Е.Ращук с воспитанниками

ГП "Свердловантрацит", являясь флагманом Министерства угольной промышленности Украины, помимо своей основной деятельности, уделяет большое внимание популяризации здорового образа жизни и развитию спорта в г. Свердловске Луганской области.

Так, команда "Шахтер" госпредприятия уже трижды завоевывала Кубок Министерства угольной промышленности по футболу.

За счет средств ГП "Свердловантрацит" построен современный ринг, где ребята могут заниматься и повышать свое мастерство в боксе.

Тренирует детей шахтеров мастер спорта СССР по боксу, горный инженер с 30-летним подземным стажем Евгений Ращук.

Также получает финансовую и материальную поддержку горняков Евгений Алехин – мастер спорта международного класса по кикбоксингу.

Он неоднократный финалист и призер Кубков мира по версии WAKO, а в прошлом году был первым на чемпионате мира (WPKA), проходившем в г. Римассе (Кипр). В международном рейтинге WAKO-PRO по семи-контакту Евгений занимает 8 место, а в рейтинге WPKA – первое.

(информационно-рекламный материал подготовлен представителем АПВЕ в Луганской области Любовью Коротковой)

## РАЗВИТИЕ ГИБКОСТИ

Гибкость тела крайне важна и необходима для занимающихся боевыми искусствами.

Регулярные тренировки укрепляют тело, улучшают функционирование различных систем и органов, стимулируют обмен веществ в организме, продлевают жизнь и сохраняют молодость.

Гибкость тела и выносливость играют важнейшую роль не только в поединке на ринге или татами, а и в возможном уличном бою. Если ваше тело одновременно гибкое и расслабленное, вы сможете наносить удары практически под любым углом, поражая высокие и низкие цели без неудобной перемены стоек.

Также чрезвычайно важна и гибкость ваших ног. Чем сильнее ноги у бойца, тем сильнее будет удар и эффективное противодействие или атака на соперника.

Упражнения на снимках помогут вам в развитии своей гибкости и силы ног.

В. Камлов





## 柔道



## Видатний дзюдоїст

**Дзігоро Кано** – засновник сучасного дзюдо ще із студентських років почав замислюватися над можливістю досягнення гармонії тіла й духу, коли займався сам і часто відвідував змагання з бойових мистецтв у різних школах. Нагадаємо, що Д.Кано навчався майстерності й тренерським навичкам у таких відомих майстрів бойових мистецтв, як Ягі Тейноске, Фукуда Хатиноске, Ісо Масамото і Укубо Цунатосі. У 1882р Кано відкрив при храмі Ейсе у Токіо власну спортивну школу "Кодокан". Вважається, що технічний комплекс прийомів Кодокан був закінчений у 1887р та протягом десятиріч залишався незмінним. Однак, над вдосконаленням теорії дзюдо, майстер Д.Кано продовжував ще працювати довгі роки. У своїх відомих книгах вчитель давав учням такі корисні поради:

1. Тверезо оцінювати свої можливості й дані супротивника для того, щоб використати його зусилля у своїх інтересах.
2. Відхилитися від атак суперника, втомлюючи його, а також викликати у опонента роздратування.
3. У нападі й захисті завжди бачити вразливі місця суперника.
4. У кидках ефективно використовувати механізм ричагу.
5. Застосовувати для утримання больові захоплення і замки.
6. У випадках необхідності намагатися завдавати удари по вразливих точках і домогтися у суперника больового шоку.

Знай майстер Д.Кано, який йшов до вдосконалення і узагальнення теорії розвитку дзюдо важким шляхом багаторічних експериментів, найголовнішим вважав вільний спаринг – рандорі.

С.Пронько

## Путин научит японцев дзюдо

Програма рабочего визита Владимира Путина в Японию завершилась во вторник, 12 мая, вечером презентацией книги "Учимся дзюдо с Владимиром Путиным", изданной на японском языке, сообщает пресс-служба партии "Единая Россия".

"Прочитав эту книгу, мы узнаем, что Владимир Путин является не только настоящим дзюдоистом, но прекрасно осведомлен о сути техники и душе дзюдо", – заявил на церемонии соавтор книги, друг Владимира Путина дзюдоист и обладатель десятого дана Ясухирос Ямасита.

Главу правительства также наградили званием Почетного доктора и медалью "За непоколебимую деятельность в укреплении российско-японских связей и глубину знания дзюдо".

Поблагодарив за оказанную честь, Владимир Путин предложил считать данное звание "авансом, выданным, чтобы оправдать лучшие ожидания развития российско-японских отношений". Путин рассказал, что сегодня, общаясь с главой японского правительства Таро Асо отметил, что "история двух стран, как и любых соседей, разная, наполненная и драматическими событиями". "Но в России всегда с огромным уважением относились к национальному характеру японского народа и к его самобытной культуре", – добавил он. "Народ, который может экспортировать самое лучшее, это великий народ", – подчеркнул Путин.

Он признался, что "несколько лет назад, готовя эту книгу, не думал, что будет возможность презентовать ее на японском языке".

"Она не претендует на всеобъемлющую глубину, чтобы представить знания в полном объеме", – отметил премьер.

Если она и приобрела ценность, то благодаря видео-курсу, в создание которого принял участие выдающийся мастер дзюдо, такие как Ямасита.

Владимир Путин вспомнил изречение одного из восточных мудрецов.

"Весь мир любить легко – соседа полюбить попробуй", – сказал он.

"Если эта книга будет хотя бы немного способствовать тому, чтобы наши народы лучше друг друга знали, понимали, то можно будет считать, что цель написания и издания книги достигнута", – добавил премьер-министр.

Русская версия этой книги была впервые издана в 2000 году и переиздана спустя 4 года. А в конце прошлого года в Санкт-Петербурге состоялась презентация видео-курса для юных дзюдоистов. Как ранее отмечал Владимир Путин, "такие виды спорта, как дзюдо, учат взаимоотношениям между людьми, уважают партнера, учат пониманию того, что даже внешне слабый партнер может не просто оказать достойное сопротивление, но, если вы позволите себе расслабиться и сочтете себя великим, он может и победить".

По его мнению, в дзюдо "не только грубая сила решает судьбу схватки, но и умение работать головой и, самое главное, наличие характера и воли к победе".

Нынешний премьер начал заниматься боевыми искусствами в 11 лет.

Первым видом боевого искусства, которое он начал осваивать было самбо, а затем он перешел в секцию дзюдо. В 1973 году он стал мастером спорта по самбо, в 1975 – по дзюдо, а сегодня обладает черным поясом по этой борьбе, имеет звание "Заслуженного тренера".

(По материалам независимого информационно-аналитического издания ИРА-информ)



## "Тайфун" на татами

Под таким своеобразным названием в Киеве состоялся юниорский международный турнир по дзюдо. Результаты поединков. Победителями и призерами в порядке весовых категорий стали:

**среди юниоров** (вес 55 кг) 1.И.Мушкиев (Азербайджан) 2. В.Копылов (Украина) 3. М. Дюфон (Франция). (60кг) - В.Тутхалян (Беларусь), Д.Манусаридис (Греция), А. Лебидь (Украина) (66кг) - А.Булыга (Украина), А. Хорд (Франция), К.Мельниченко(Украина). (73кг) Ю.Скрипаль(Украина), В.Бокан (Молдова), С.Херкенрат(Германия). (81 кг) - Р.Гурбанов (Азербайджан), А.Деркач(Украина), Я.Лощинин (Украина). (90кг) М.Ниман (Швеция), К.Ньябали (Украина), А.Иддир (Франция). (100кг) - Д.Луцин (Украина), Д.Дичев (Болгария), А.Казачков (Россия). (+100кг) Ю.Меттис (Эстония), А.Сизов (Украина), Д.Пархомчук (Беларусь).

**среди девушек** (вес 44 кг) -Л.Табадзе (Украина), А.Мартынович (Украина), Н.Кретова(Украина) (48 кг)-Е.Тихонова (Россия), Л.Гиниятуллина (Россия), М.Персидская (Россия). (52кг)М.Хеви (Франция), Д.Предеина (Россия), М.Остапюк (Украина). (57кг) - Э. Баркелинг (Швеция), Л. Марченко (Украина), М.Мурашко (Украина). (63 кг) - О. Артошина (Россия), М.Рыргару (Молдова), Т.Левецкая (Украина). (70кг) - Д.Давыдова (Россия),И.Сордия (Россия), М. Лугова (Россия). (78кг) -Т.Джурова (Болгария), О.Капаева (Россия),И.Макуха (Украина). (+78кг) И.Киндзерская (Украина), Г. Тарасова (Украина), М.Трефилова (Россия) (по материалам сайта информационного агентства "Дзюдо Украины")





# Техника каратэ (удары ногами)

**Еко-Шоку-Цуки-Гери**- возрастающий удар ногой при защите от удара соперника кулаком (рис. 1-2)  
Это удар ступней. Выполняется прямее, чем "Мавашу-Гери". Удар описывает кругообразную траекторию и выполняется вертикально. Встаньте в позицию "Киба-Дачи" (в профиль к сопернику). Попробуйте остановить его атаку кулаком – ударом "Хаиму-Уке". Затем переходите к контратаке ногой, размахивающим движением (снизу-вверх) одновременно с сильным толчком бедра. Верхняя сторона туловища – неподвижна, бьющая нога поворачивается на четверть по окружности. При соприкосновении с телом противника – нога должна быть параллельно руке.



Рис. 1 — 2

**Уширо-Кака-То-Гери-Кэ-Аге**- (рис.3-4) короткий удар, когда пятка полукруговым движением поднимается назад. Удары наносятся вниз живота (снизу-вверх), если соперник находится сзади и пытается вас схватить. Удар выполняется резким движением ноги (корпус строго вертикален) Рекомендуется до удара выполнить вращательное движение пяткой вперед. Это техника самообороны.



Рис. 3 — 4

**Уро-Мавашу-Кака-То-Гери** (рис.5-6) – удар пяткой полукругом, т.е. движением по дугообразной горизонтальной линии. Бьют пяткой в спину, челюсть, бок, стоя спиной к сопернику.



Рис. 5 — 6

**Еко-Со-Ку-То-Гери-Кекоми** – боковой проникающий удар ногой (рис.7-8). Удары этой группы можно объединить под названием "колющих". Встаньте в позицию Киба-Дачи (в профиль к сопернику). Перенесите центр тяжести тела на удаленную от противника ногу, а другую поднимите коленом вверх. Готовясь к удару, поднимите колено как можно выше. Большие мастера каратэ поднимают колено на уровень плеча, даже если собираются бить понизу, щиколотка согнута очень сильно (до прямого угла). Этот удар вполне можно выполнить и из позиции Зен-Кутсу-Дачи. Тогда поднимите заднюю ногу и повернитесь на опорной ноге на 90 градусов в сторону. Из данного положения нужно встать в профиль к сопернику. А после удара нога вновь сгибается в колене. Только после этого она возвращается в исходное положение.

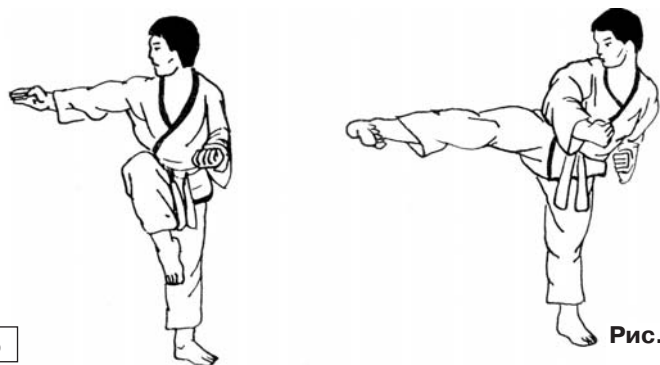


Рис. 7 — 8

Владислав Пилипенко



Великий мастер Хидетака Нишияма (справа) знает толк ударам ногами и всегда умело использует эту важную технику на занятиях с учениками





# Техніка володіння палкою

Палка-один із стародавніх видів зброї. Техніка роботи з палицями різних видів та розміру побудована за принципом безперервності. Ними можна завдавати рублячі, колючі удари, а також спеціальні обертання, задушення, охоплення. Використання палки потребує від бійця особливої тренованості рук. Ви повинні мати сильні пальці й кисті рук, які необхідно розвивати спеціальними щоденними вправами. Тулуб і палиця повинні бути єдиним цілим, а сила зосереджується на кінці палки. Руки можуть рухатися невимушено й вільно, але слід при цьому пам'ятати головний принцип: "завжди використовуй обидва кінці палки". Працюючи з палкою можна зміцнити силу та здоров'я, відпрацювати швидкість і кмітливість. Приклад. Спортсмен, що захищається, бачить як суперник намагається атакувати його короткою палкою. Залишаючись у природному стані (положенні) він ривком висуває руку уперед й наносить удар верхньою частиною палиці у шию суперника. Атака відбита. Після цього він захоплює правою рукою палку й штовхає кінцем тички у груди суперника, а той падає на підлогу. Перемога!

**Б.Олексієнко**

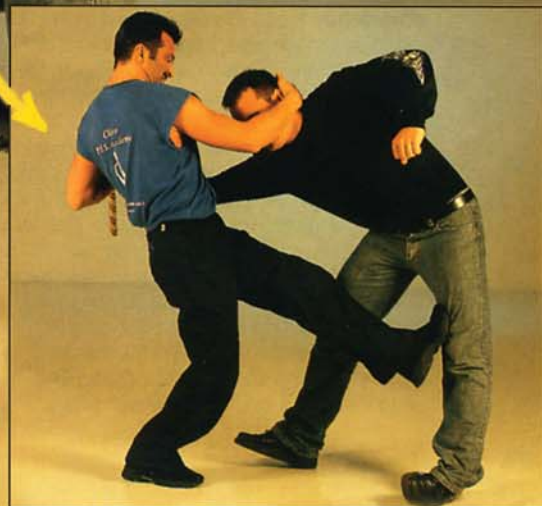
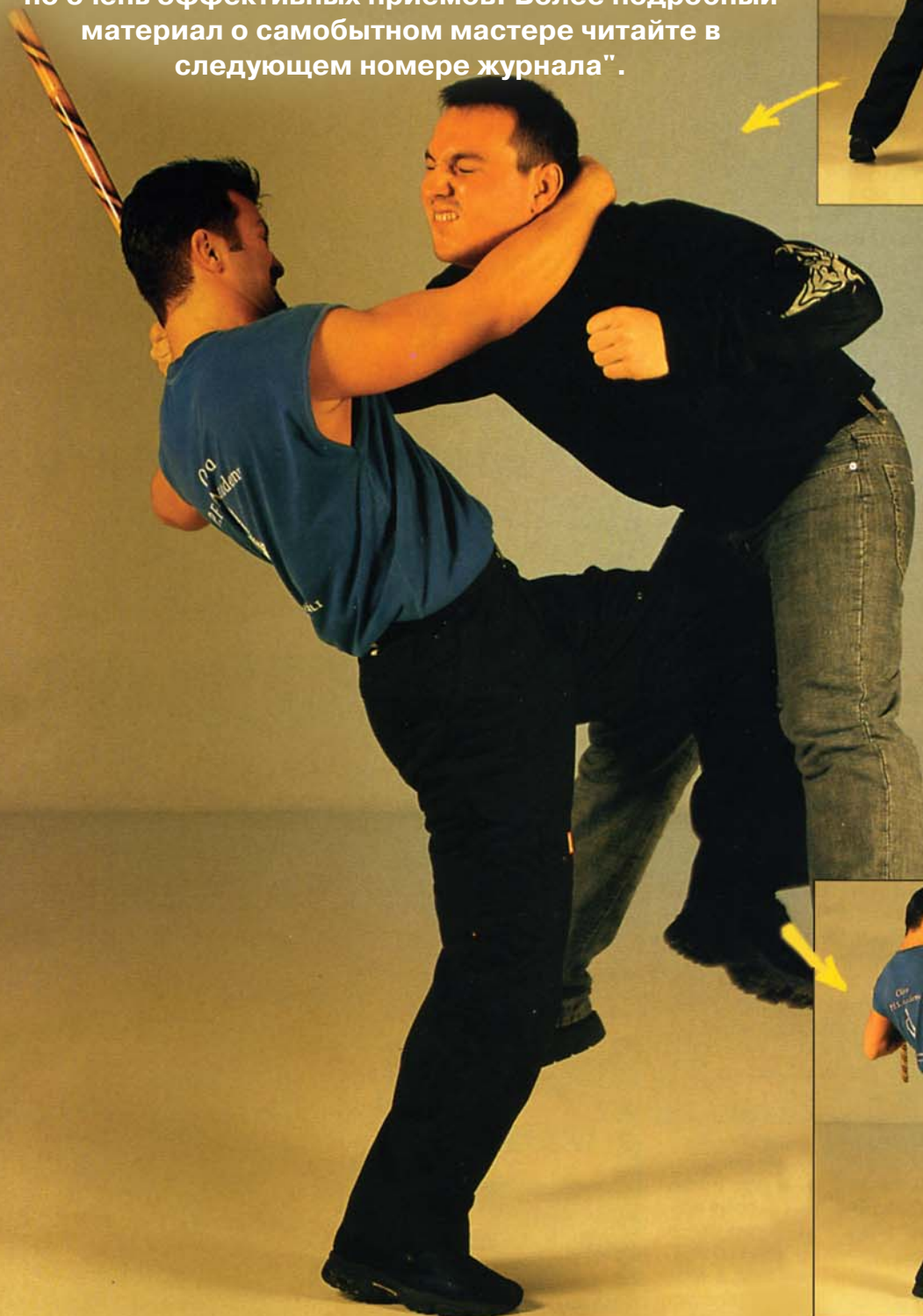




"Известный мастер Сальваторе Олива (слева) демонстрирует несколько приемов самозащиты и контратаки на соперника.

С.Олива специализируется в Джит Кюн До, а также в системах смешанных боев.

Его система поединков состоит из простых, но очень эффективных приемов. Более подробный материал о самобытном мастере читайте в следующем номере журнала".



Веб-сайт журнала "Мир единоборств" в Интернете: [www.m-edinoborstv.narod.ru](http://www.m-edinoborstv.narod.ru)

#### СВІТ ЄДИНОБОРСТВ МІР ЄДИНОБОРСТВ WORLD OF MARTIAL ARTS

Український міжнародний ілюстрований спортивний журнал Ukrainian International Illustrated Sports Review № 3 2009 г, наклад 2500 прим. Свідоцтво про реєстрацію журналу КВ №2113 від 16.08.1996р видане Міністерством інформації України. Авторські права на видання захищені законодавством України © (свідоцтво №552 від 14.05.1997р). Віддруковано в друкарні ПП Товстенка А.В. (свідоцтво № 9071), (зам. )  
Контакти з редакцією: e-mail: [egenia@voliacable.com](mailto:egenia@voliacable.com) тел/факс: (044) 540-86-74, моб. (066) 253-56-61.  
Адреса для листів 01034, м. Київ, а/с №5, Борщевському О.В.

Редакційна рада журналу: Євгенія Борщевська, Станіслав Пронько, Андрій Чистов, Георгій Сільвестров, Павло Кіцько, Юлія Кравченко, Сергій Корецький, Олександр Товстенко.

Editor in-chief **Alexandr Borshevsky**



Главный редактор  
**Александр Борщевский**