

“Искусство запрещенных приемов”. Иркутск стал российской столицей хапкидо.

Сборная команда Хапкидо России «Снежные Барсы», на 80% состоящая из иркутян, провела лето не зря. Три золотых и пять серебряных медалей было привезено с Открытого Чемпионата по Хапкидо 2004 (Корея) на родину, а именно, в родной Иркутск, т.к. все медалисты живут и тренируются в нашем городе.

Среди золотых призёров: Милль Григорий (1 дан ХКД), Отришко Артём (2 дан ХКД), Зимин Роман (2 дан ХКД). Молодые и энергичные бойцы с удовольствием рассказали нам об особенностях своего профессионального увлечения.

Что такое Хапкидо?

Хапкидо – это современное, динамично развивающееся, боевое искусство. Зародилось оно в Корее, в начале XX века. Хапкидо, как и другие единоборства, возникшие в получившей независимость от гнёта Японии Корее, развивалось медленно и трудно. Даже название его претерпевало многочисленные изменения, закрепившись как Хапкидо лишь в 1963 году. "Хап" - объединять; "Ки" - энергия; "До" - путь.

Основатель Хапкидо – Чхве(Чой) Ёнсол, сумел воссоздать вековые традиции восточных единоборств, приведя в одну систему бросковые и ударные техники. Эта идея всегда была заманчива для многих мастеров, но все попытки грамотно воссоздать картину подобного симбиоза в нечто материальное, как правило, оканчивались полным провалом.

Не удивительно, ведь сейчас Хапкидо считается одним из наиболее сложных и зрелищных боевых искусств. Эффективность этой дисциплины неоднократно была доказана в действии. Недаром подразделение охраны Президента Южной Кореи тренируется именно по данной методике. Его техники используются для обучения полицейских и специальных подразделений армии Кореи в течение многих лет.

Хапкидо включает обширный раздел ударной техники рук и ног (преимущественно, по участкам максимального поражения), как в обороне, так и в атаке; болевые захваты и заломы проводятся резко, с целью сломать сустав; броски - короткие и быстрые. Детально проработан раздел работы с оружием и против вооруженного противника, работы с группой противников, использование подручных средств для ведения поединка, так называемый «полицейский» раздел (обезоруживание, конвоирование и т.д.). Досконально изучаемая техника страховок и падений делает тренировки максимально безопасными. «Хапкидо – это искусство запрещённых приёмов» - шутя говорят представители других единоборств, ознакомившись с «хапкидоинами» в жёстком спарринге.

**Подробнее об истории Хапкидо – на сайте: <http://hapkido.irk.ru/history.html>*

Хапкидо в России

По некоторым данным, первым в России Хапкидо заинтересовался кузен культового рок-музыканта, руководитель «Центра корейской культуры» Вячеслав Цой. Он объявил себя мастером Хапкидо и даже стал организатором первого учебно-аттестационного семинара в Санкт-Петербурге, но из-за своей гибели не успел продвинуть искусство в массы.

В наши дни, Хапкидо успешно осваивают более чем в 12 городах России (Москва, Владивосток, Чита, Красноярск и т.д.). В 2002 году Глеб Владимирович Покровский основал Ассоциацию Хапкидо России (АХР). Покровский Г.В. (4-й дан Хапкидо; 2-й дан Тхэквондо) – действующий президент АХР, живёт и тренирует в нашем городе, поэтому Иркутск можно по праву назвать «столицей» российского Хапкидо. Благодаря ему организуются регулярные семинары по техникам Хапкидо под руководством корейских мастеров, молодые бойцы познают секреты «Хосинсуль» (раздел самообороны), ни одно крупное событие в сфере единоборств в Иркутске не проходит без участия его учеников.

С чего начать?

С этим вопросом мы обратились лично к Глебу Покровскому.

- Прежде всего, нужно захотеть – с оптимизмом начал он – захотеть самосовершенствоваться во всех аспектах личности. Нужно помнить, что Хапкидо – это, прежде всего, искусство, а уже потом боевая система. Если ваша цель – одним махом превратиться в супергероя, Хапкидо не для вас. Первый год будете учиться падать. Чтобы исполнить то, что делают наши чемпионы – президент кивает в сторону зала – понадобится не менее пяти лет.

- Как попасть к Вам на тренировки? Существуют ли возрастные ограничения?

- Нет, никаких ограничений. Возраст учеников колеблется от четырёх до пятидесяти лет. Берём, конечно, не всех. На всех у меня просто не хватит времени. Но если человек действительно хочет на борт – милости просим. Плата составляет 450 р. в месяц, особо отличившиеся занимаются бесплатно, поэтому дорога для всех открыта.

Рядовая тренировка «старшей» группы никого не оставит равнодушным.

Во-первых, это очень красиво. Ритуалов – минимум: поклон - ответный поклон. Никаких молитв с закрытыми глазами. Двигается хапкидист по дуге, уклоняясь от удара, ловко входит на среднюю дистанцию (блоки отсутствуют, это не карате - ведь противник может превосходить вас по весу и физической силе!), наносит удар и выводит оппонента из равновесия, проводит бросок и болевое удержание. Через три секунды после своей атаки, условный враг прижат животом к полу, колошматя свободной рукой мягкое покрытие зала – «Хватит – мол – больно, отпускай».

- Бой, который длится более нескольких секунд, теряет всяческую эффективность, превращаясь в бессмысленный обмен ударами. Затянувшаяся битва делает вас заведомо проигравшей стороной – утверждает «верховный главнокомандующий» российских хапкидоиннов.

Во-вторых, как мы увидели, инструктора используют элементы сложной акробатики, как средство тренировки координации, взрывной силы, повышения ОФП и гибкости всего тела. Сегодня на повестке дня маховое сальто (колесо без рук). Инструктор разбегаётся, выкрик, прыжок! Перепрыгнув через собственную голову, обладатель чёрного пояса вновь стоит в боевой стойке, самозабвенно описывая технику выполнения данного незамысловатого упражнения.

- Гибкое - признак молодости, твердое - признак старости – объясняет Покровский.

Тренировка подходит к концу, группе дано финальное задание выполнить ряд скоростно-силовых упражнений. Поклон – ответный поклон. Всем в душ. А у кого есть силы – в тренажёрный зал – «догоняться».

Автор: Роман Таевский, для БАБР.RU © Babr24.com СПОРТ, ИРКУТСК 👁 9763 29.09.2004, 13:59 📄 271
URL: <https://babr24.com/?ADE=16133> Bytes: 6017 / 5926 Версия для печати Скачать PDF

👍 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)
- [Джем](#)
- [ВКонтакте](#)
- [Одноклассники](#)

Связаться с редакцией Бабра в Иркутской области:
irkbabr24@gmail.com

Автор текста: **Роман Таевский, для БАБР.RU.**

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: @babr24_link_bot
Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь
Телеграм: @bur24_link_bot
эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова
Телеграм: @irk24_link_bot
эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская
Телеграм: @kras24_link_bot
эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская
Телеграм: @nsk24_link_bot
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин
Телеграм: @tomsk24_link_bot
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"
Телеграм: @babrobot_bot
эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)