

Изкуството на осемте крайника

Написано от Митко Ружинов
Петък, 18 Юни 2010 05:43



Муай Тай е бойно изкуство зародило се като система за самозащита, превърнало се днес в любим спорт за населението в мирни времена.

Думата „муай“ произхожда от санскритската дума „мавя“. Муай тай е наричано „изкуството на осемте крайника“, тъй като при него се използват удари с юмрук, крак, лакът и коляно, или общо осем контактни точки.

В наши дни за Муай Тай бойците се смята че те са едни от най-добре подготвените атлети в света. Това е така, защото състезанията по муай тай са доста тежки. Игрят се пет рунда по три минути, като екипа за професионални срещи на състезателя включва къси гащета, боксови ръкавици и боксова гума за зъбите. Безопасността е едно от най-важните изисквания в аматьорския спорт. Затова и в аматьорски състезания, където рундовете и минутите са по-малко е задължително носенето на протектори на краката, лактите, нагръдник и каска, които да предпазват състезателите от сериозни наранявания.

Муай Тай е свободен тип двубой – тук противниците сами определят начина си на водене на боя, което дава възможност всеки да изрази себе си най – добре. Затова и Муай тай без съмнение е най-популярният боен спорт в момента. Голяма част от бойците в K-1 са специалисти именно в тази дисциплина.

Искусството на осемте крайника

Написано от Митко Ружинов
Петък, 18 Юни 2010 05:43

Едно от качествата, които развива спорта е търпението и волята за постигане на желаната цел. Не очаквай чудесата да се случат веднага - казват учителите . Когато тренирацията придобие търпението, именно тогава той опознава тайнството на това бойно изкуство.

Въпреки суровото обучение и физическо закаляване на бойците, всъщност Муай тай е изкуство за духа и тялото. Преди двубой се играе характерен ритуален танц, изграждащ психическа нагласа , служеща като непробиваем щит срещу недобронамерени сили, повдигащ духа на боеца и прогонващ страха, а по време на самия двубой звучи традиционна ритуална музика, която е неизменна част от муай тай и също спомага за психическата нагласа на бойците..



Характерно за това бойно изкуство са "дълбоките" ритници с мощно вкарване на таза при удар. В двубоите по муай тай са разрешени дори ударите с лакти и колена, като стремежът е да се използват максимално точно тези най-мощни оръжия на това бойно изкуство. Разрешени са и подсечки посредством ритници в подбедрицата, които са забранени в кикбокса. Прилагат се и хвърляния при клинч. Начинът на нанасяне на ритниците и самото им трениране правят муай тай бойното изкуство, при което ритниците имат най-страшна сила.

Суровата красота на Муай Тай привлича все повече хора желаещи да го практикуват в целия свят.