

МУАЙ ТАЙ — СВОБОДНЫЙ БОЙ

ТАИЛАНДСКИЙ
БОКС
КОРОЛИ РИНГА



—

овременное слово
2001

ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РАЗВИТИЯ МУАЙ-ТАЙ

« - »

ИЗ ГЛУБИНЫ ВРЕМЕН

()

- -
- , -
, . -
, -
.
,
,
1767 ., -
- . -
1, XVII ., -
, , -
, -
:
2 , , -
, . -
-
?
.
-
1 1939 . 1945-48 .
2 -
, 1296 . XVI-XVIII
1775 . -
.

« - »

,

.

,

(),

,

,

(-) . ,

,

,

.

,

.

(VI .

..)

,

.

- -

,

-

« » (-

3000 . .).

,

-

,

,

- II

..

,

3 .

,

-

-

,

XV . . . ,

-

3

XIII . ,

.

,

.

« - »

. - (XIV - XI . . .) -

I . . . , -

, -

, -

.

-

(I - VI . . .), -

.

-

, -

, -

-

I . . . -

« »

(« »), « »

(« ») . -

-

.

, -

- ,

.

VII .

() -

(IX . -), -

XIII . ,

(.), -

-

,

,

« ».

« — »

. 1235 .

•

• —

— , , —

, (VII . . .),

• ,

‘ , , , -

« - »

,

,

.

«

» -

-

.

,

-

.

-

,

-

I

..,

-

,

,

«

».

-

.

,

-

,

.

, « »,

-

(

-

).

,

« »,

-

,

.

,

,

, «

»,

-

-

-

-

,

.

«

»

-

-

«

»,

-



фехтование на 2 мечах

« - »

,

(618-907 .), « », -

, 649 . . .

-

-

-

-

,

.

« »

»⁴,

,

.

-

-

(. .) ,

-

-

« ».

XIV .

4 - « ».

« - »

ВОИНЫ «ЗОЛОТОГО ВЕКА»

XIII . , -
-

, .
,
5 , -
-
, -
, -
, -
, (), -
().
, « »
(« »), « » (« ») « »
(« ») -
(
).

XIII .

(1296 .) , -
-
()
(1238 .) - . 1238 .,
, -
-
, 1350 .
-

, (« »),
5 , ,
, I-II .
. .
.

« - »

1275 .

« -

»,

-

-

-

,

.

,

, «

»

. «

»

-

1317 .,

-

,

.

«

» («

») ⁶

-

,

,

-

,

.

,

-

.

,

,

X . . .

-

,

-

-

.

,

-

.

.

,

,

-

,

-

,

.

,

-

.

,

,

.

(«

« - »

») (« »).

.

« ».

,

.

-

:

(,

), () ,

«

»,

« ».

« » («

»),

.

,

« ».



Боевые слоны династии Аютия (рис. с гравюры XVIII в.)

« - »

-

-

(,)

-

.

,

.

.

:

, ,

().

« -

» « », «

». XIV .

,

.

« -

» (« »),

« »,

:

, .

,

.

,

,

,

.

,

,

« »

« » .

,

« ».

,

,

(« »),

.

,

(« »),

« »

.

« - »

-

(« »).

,

,

.

,

,

,

.

.

,

-

,

,

-

-

,

-

«

- ».

«

» (« »),

.

,

-

« »,

-

.

« »

() («

»),

:

,

().

-

,

-

,

-

(

).

,

.

,

.

« - »

(« - -

· -

· , -

(« »),



(.)

, -

· -

, -

· -

, -

· , « » (« -

»), ·

, ,

, -

·

« - »

, , -

, . ,

.

, .

- ,

, .

, -

, -

, -

,

, .

« »

, . «

», « », , -

, -

»)

« »

, -

, -

, -

, .

, -

, -

« - »

. . , -

, « » (« »),

.

,

:

,

.

« »,

,

« », -

,

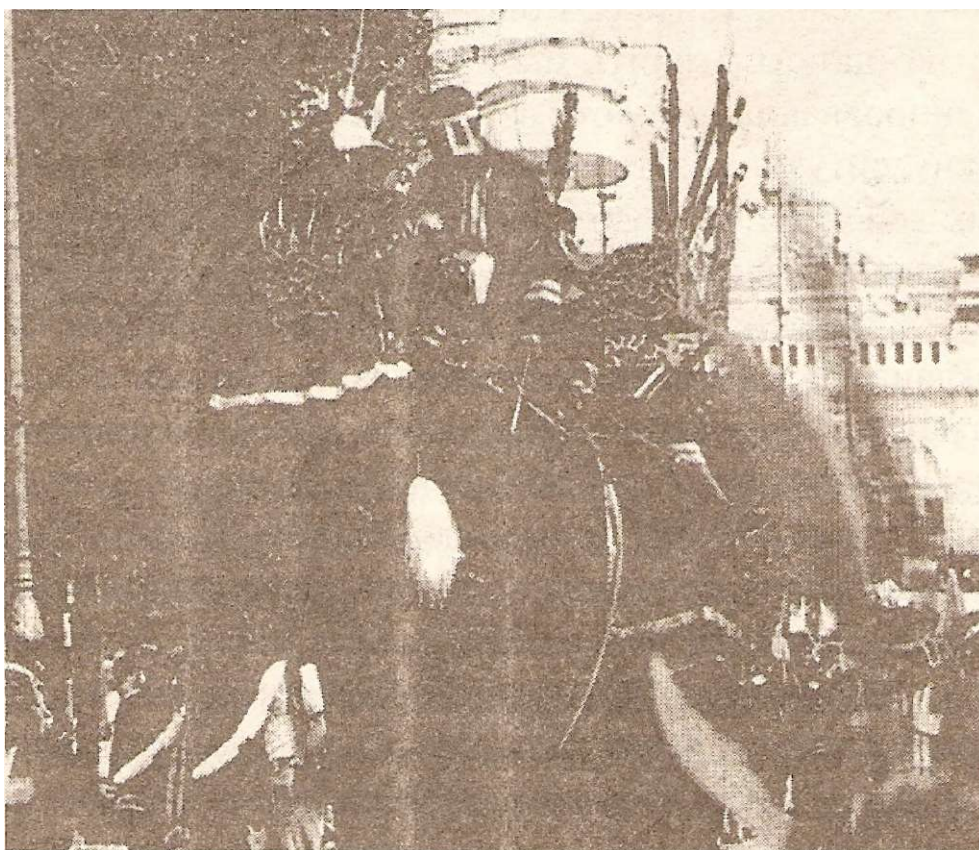
,

(« »),

.

-

(« »)



« » (.)

«
1350 .



1868 .

« - »

33 ,

1767 ., -
 , . -

« » (, , -
« », . . « »).

.
 - X . , -

(«
»),

.
 . , -

,
 . ,

« », « -
» (« » « , », « -
»- « »),

.

.
 , -

.
 ,

,

. «

»- , -

, «

» (,

« » (Betta splendens Regan),

, -

« - »

,

.

,

,

,

.

,

.

« »

:

« »,

« »

: « » (« ()

») « » (« ()

»), -

« » « », -

.



« »

XV .
(1448-1488)

« » -

,

« - »

1518 ., -

. , -

.

XVI .

- , -

. 1569

, .

, -

-

, .

(-

) -

. , -

. -

19

.

, -

-

. -

, , -

, , -

1571 . -

-

« » -

, -

(-

- , -

). 14 , 1584 . -

« », -

« - »

,

-

,

.

⁷

. ,

,

«

»,

.

-

,

,

-

.

,

1590 .

-

.

,

(

-

,

).

⁷

,

1605 .

30

-

.

« - »

,

,

« » (« »)
1593 .

,

,

.

. ,

.

,

. ,



«
».

,

8 .
-

(« »)

.

,

.
) «

»

,

(,

:

- «

» («

(

)

,

8

,

,

.

« - »

»), - « » (« - -

»), - « -

» (« - »).

,

,

,

XVI - XVII .

.

,

,

(1630-1655),

,

.

.

,

,

.

,

« ».

,

.

,

,

,

,

.

,

(« »).

,

,

« - »

,

.

,

-

-

-

-

-

-

1630 ., ,

-

,

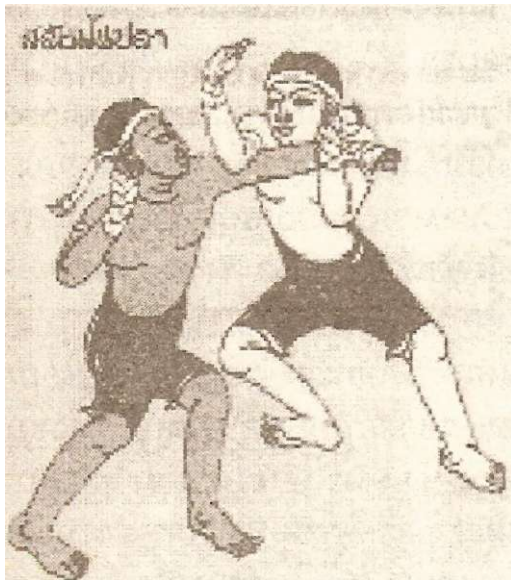
-

-

.

-

-



(1656-1688)

«

(« ») »

-

-

-

-

.

.

,

,

.

-

-

-

-

-

-

(« »), (« »), ,

⁹ 1678 .

.

-

⁹

,

-

-

,

.

« - »

. , -

« », -

. -

, , -

, -

. 1673 . -

, XIV.

, -

. -

, -

, -

.

XVII .

«

»,

« » (

«

»).

,

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

(«

»)

.

,

.

,

,

« - »

,

,

.

,

,

,

,

»

.

« -

.

-

,

,

-

.

« » -

.

,

,

.

.

« »

« »

« » (« »).

,

,

.

« »

-

« ».

«

»,

,

« »

(« »).

« » -

- :

« - »

(),

« »,

.

« ».

.

« »

(1656-1688)

.

« »



- «
» (1703-1708).

(« »)

. « - »,

,

«

»,

.

,

,

.

,

,

-

.

-

,

« - »

.

,

,

.

« - » (1707-1708)

,

.

,

(

« »),

,

(« »),

.

(« »).

« ».

(« »).

« »:

-

-

-

.

,

.

-

-

-

.

« »

,

,

-

.

-

« »

(« - »),

,

(

« - »

),

. -
(«

,
»)



-
-
-
-
-
-
(

(«
»)

. -
« »

,
.
,
.
», « -
» (« », .)

,
.
»,
(« »¹⁰) « »,

¹⁰ —
(), . . .
.

« - »

, 1760 ,

.

,

.

,

.

,

-

,

,

,

-

.

-

.

1767 .

.

,

,

90 .

.

.

-

,

,

-

.

-

,

,

-

.

,

-

.

-

,

.

-

(,),

-

-

,

-

.

-

-

-

,

.

,

-

« - »

,

,

,

,

.

-

:

-

,

.

-

,

.

-

.

-

,

-

17 , « », -

.

-

,

-

,

.

-

(

-

) ,

.

-

.

11 1767 .

-

() 15 ,

1782 „ I.

,

.

,

« ».

-

,

.



« - »

,

« » -

,

. « » -

()

,

.

,

, , 21

,

,

.

,

« - »

« » 1772 .,

1968 .

1782 ., 15

(),

(1782-1809)¹²,

53 -

I

I

XX .

8

« — »»

—

,

• , -

,

« ».

, 1785 .,

,

,

(

)

4

. 1788 .



•

,

,

I

,

•

,

,

,

,

•

XIX .

II (1808-1824)

•

<<

>>

« » ,

•

2

,

« » ,

« — »

,

•

2

•

—

2

•

9

9

9

II

•

—

9

•

2

•

•

2

•

(

1630-1655

 $)$

(

1

1703-1708

$$),$$

•

2

2

•

II

<<

»

9

•

2

2

•

« - »

,

,

.

-

.

-

-

(8x8),

:

,

,

..

,

,

,

,

.

.

-

,

-

,

.

,

.

,

-

,

(

-

)

.



,

-

-

-

,

.

,

-

-

-

.

-

(« »)

,

,

(«

,

.

« - »

»)

,

,

-

.

,

«

-

»

,

,

-

,

-

-

.

-

-

,

«

-

».

-

-

,

-

,

-

-

.

,

.

.

II,

,

-

.

«

»,

«

-

»

.

II

.

,

«

»

-

.

,

«

».

-

« - »

.

. , -
, -

.

,

-

« ».

« » .

-

, ,

, -

, , ,

, « ».



V.

,

« - »

V (1868-1910), -

14 .

« » .



*Хиран мыан пэн дин
(«Гора опрокидывает
Землю»)*

V

« ,
» . ,

. ,
 ,

V

14 V, 77 (44 33),

« - »

СПОРТ XXI ВЕКА

V, VI (1910-1925)

,

.

« » ()

15

.

« »,

-

.

,

,

,

,

.

,

4,5

2,5 ,

.

,

.

.

.

,

«

»,

,

,

«

»,

«

»

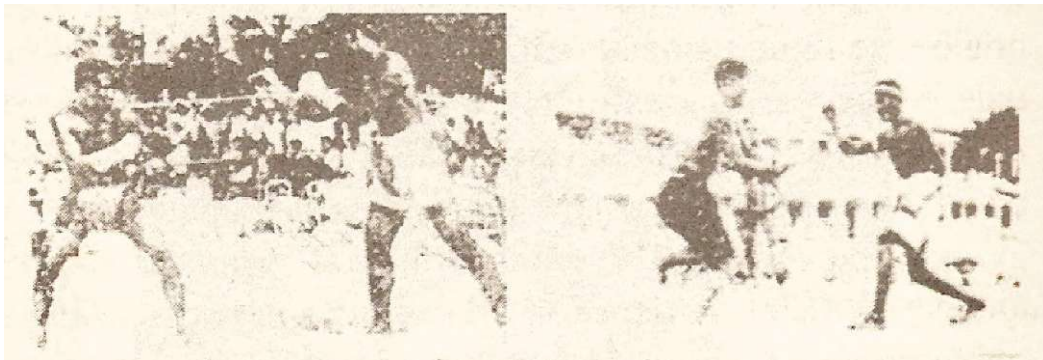
.

,

15

VI

.



(«
»).

: («
»),

(«
») («
-
»).

47

« - »



, VI, -
 , -
 (). 1912 . -
 , -
 -
 .
 « », -
 « » (« » « -
 ») « ». -
 « » (« -
 »). -

« - »

. , 1919 .

. 20- .,

, -

, -

. 1927 . -

« » 1932 . -

, 1939 .

.

-

1934 . -

1939 .

« »

« ».

-

VII.

. 1945 .

-

« »

. , « -

» . -

« », -

-

.

« -

», « », -

,

,

« »

.

« »

, , -

. « -

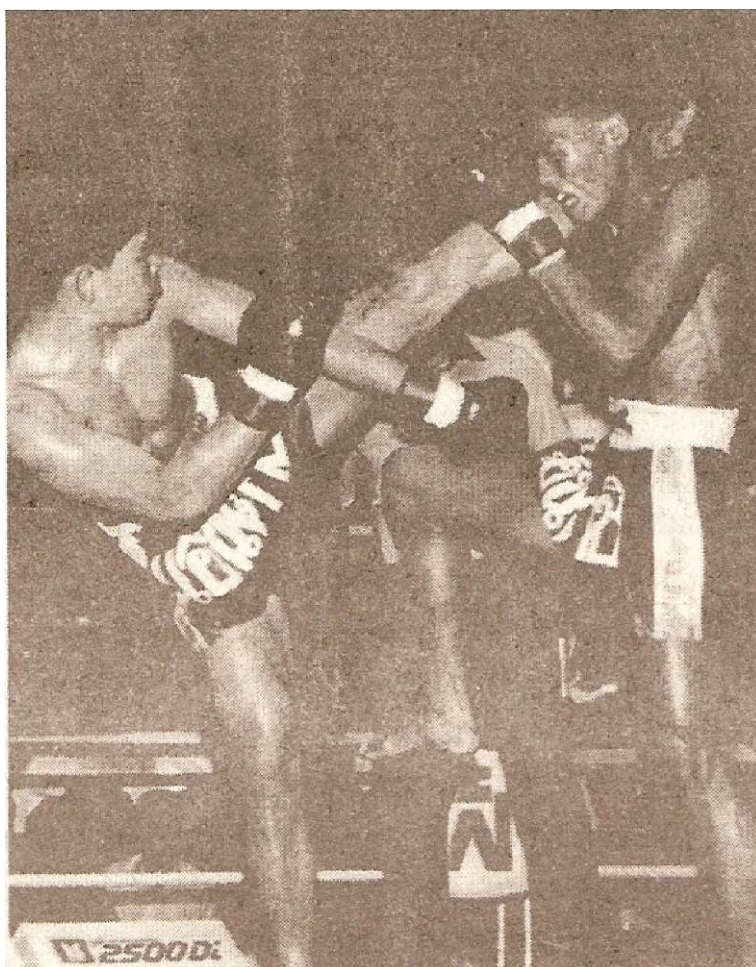
» « » -

« - »

, -
-
-
-

, -
-
,
.

20 .



1955 .

, -
-
-
-

1962 .

« - »

, ,
.



Эмблема Международной
любительской федерации
муай-тай IAMTF

1972 .

« » -

80- - 90- .
1984 .

, 1995 .

(IAMTF)

(). 1997 .

54 .

1995 .

30 (15 (« ») 15

(« »)), 6

, 5 , 7

() 5

, . -

, -

, « ».

,

-

(, , ,)

(, , -

) .

« - »

. -

, ,

. -

(,), -

- ,

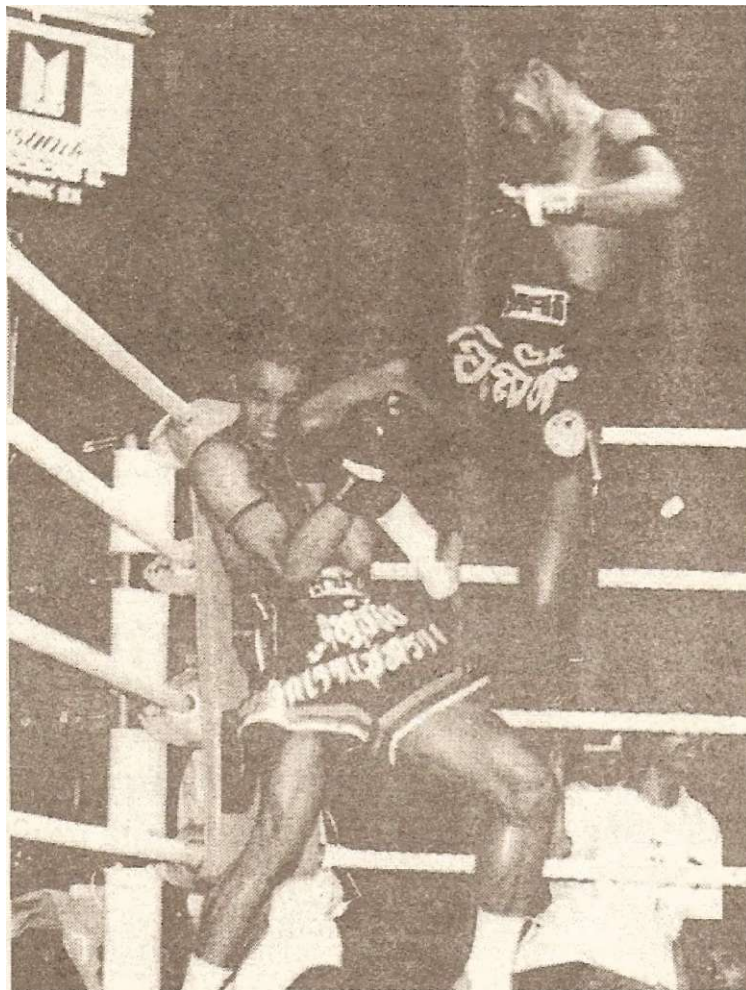
. -

, -

. -

, -

. -



-

. -

, -

« - »

, « -

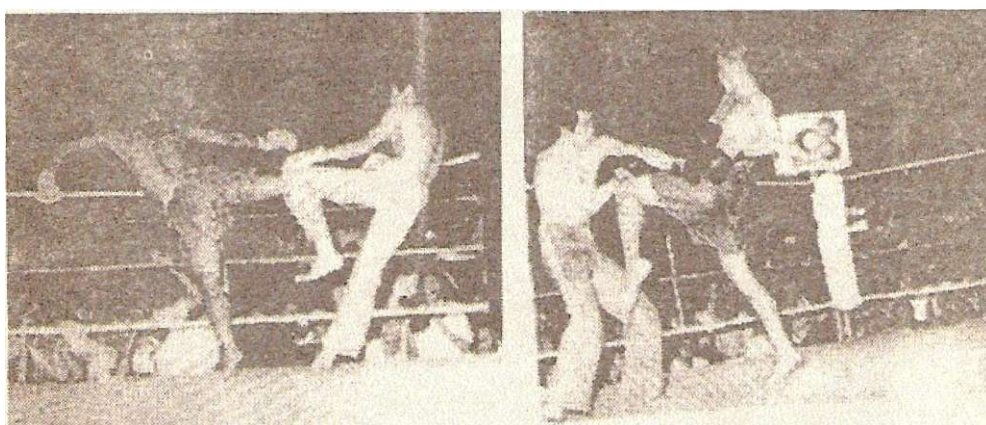
», -

. -

(« »), ,

« » -

. -



Муай-тай против каратэ. Бангкок, 1977г.

,

. -

. , , -

,

-

16 .

-

16 , , -

- , -

, 6

1977 . « »,

(- (1974 .)

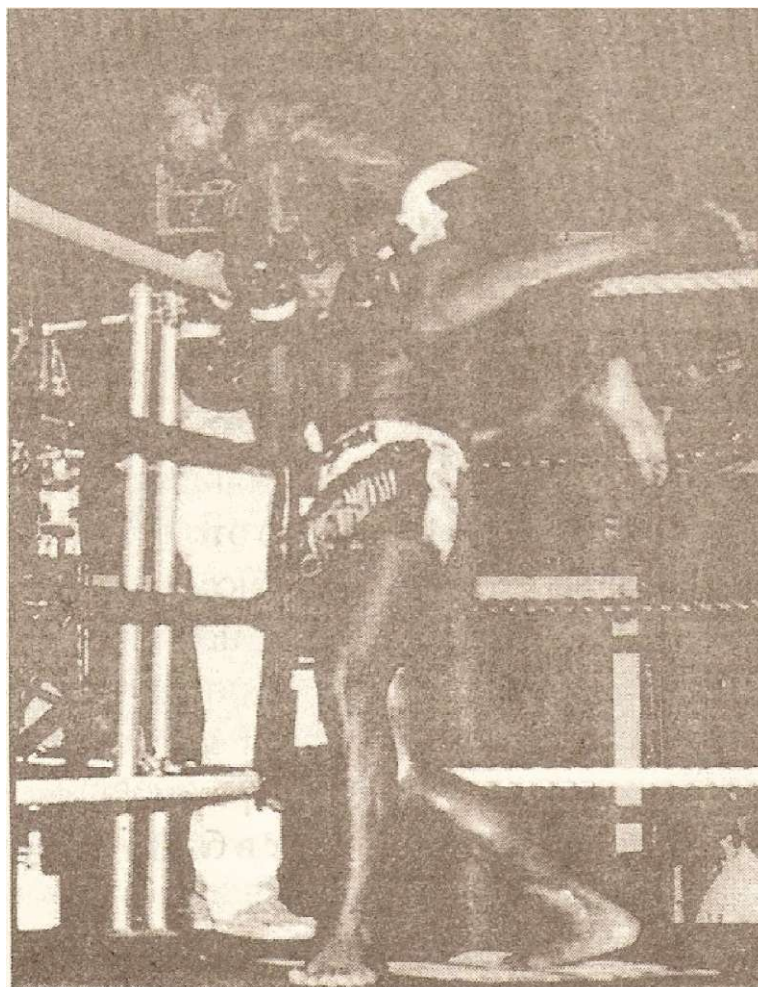
) , , .

- ,

.

« - »

- (« -
» , , .).
 ,
 ,
 ,
 . , -
(« »), -
 , -
 -
 .



(WKA)

-
 ,
 - -
 : - ? 60- -

« - »

« »).

-

-

,

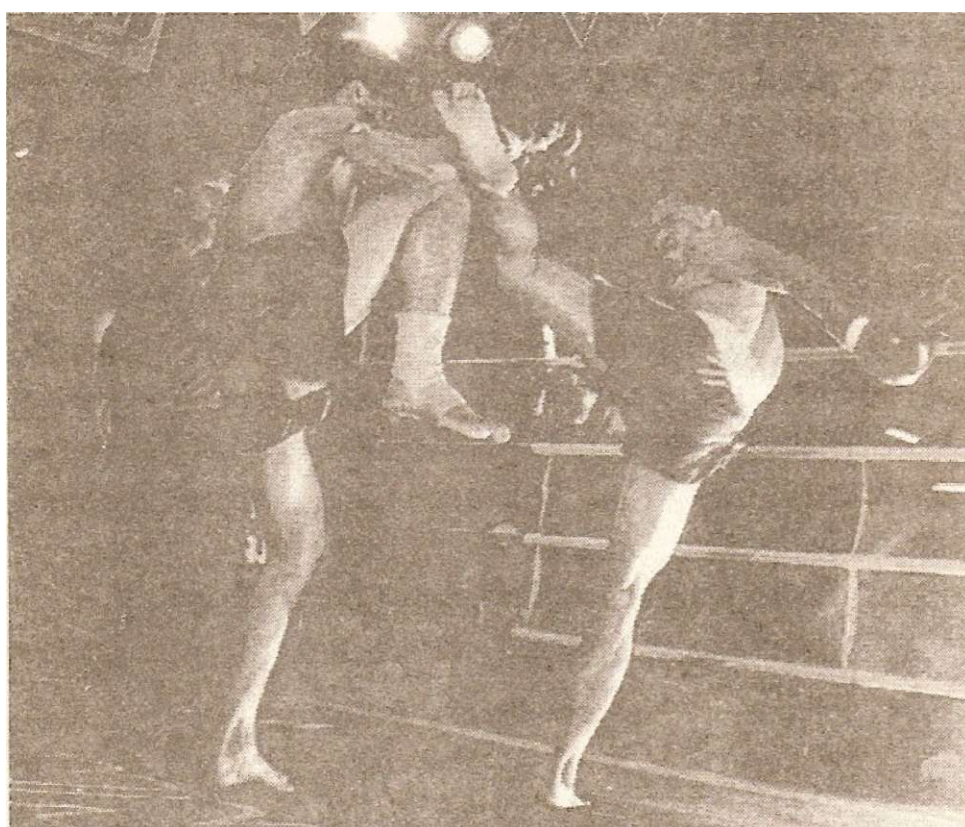
.

-

-

« »

- , « -1» . .



-

:

(), () ,

-

-

.

« »,

« ».

-

-

.

« - »

,

(

)

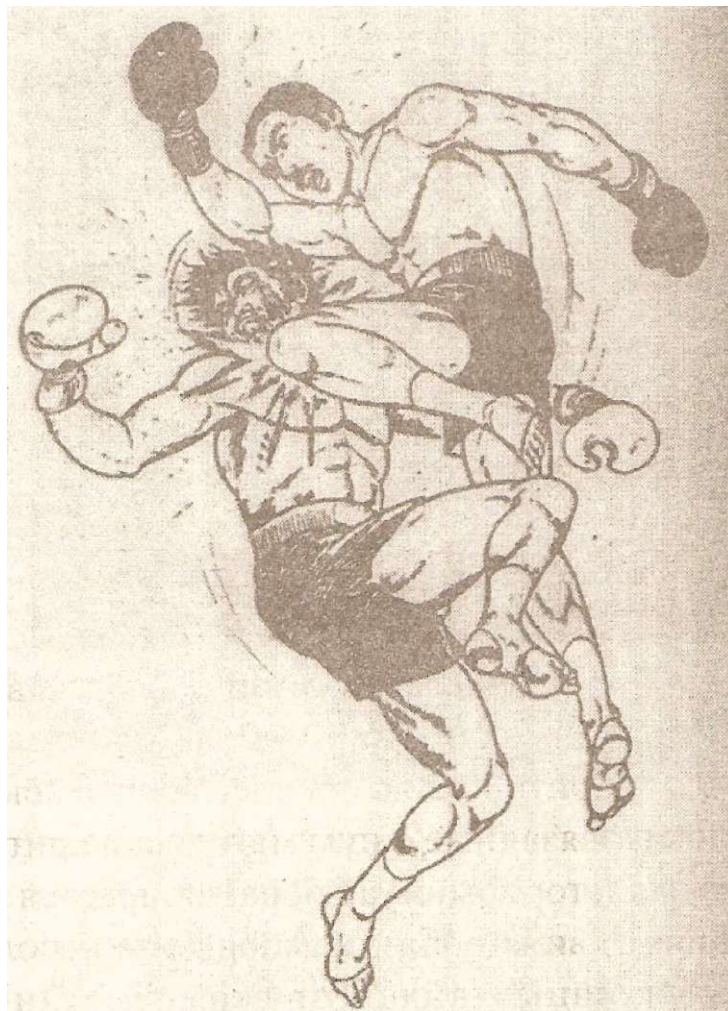
,

,

.

18

,



« - »

-
-
-
-
-
-



- ,

« », « », « », « »
« » « »

· « -
» (« »), -

·
· , -
· , -
· -

« » « ».

« - »

,

-

,

-

.

-

.

-

.

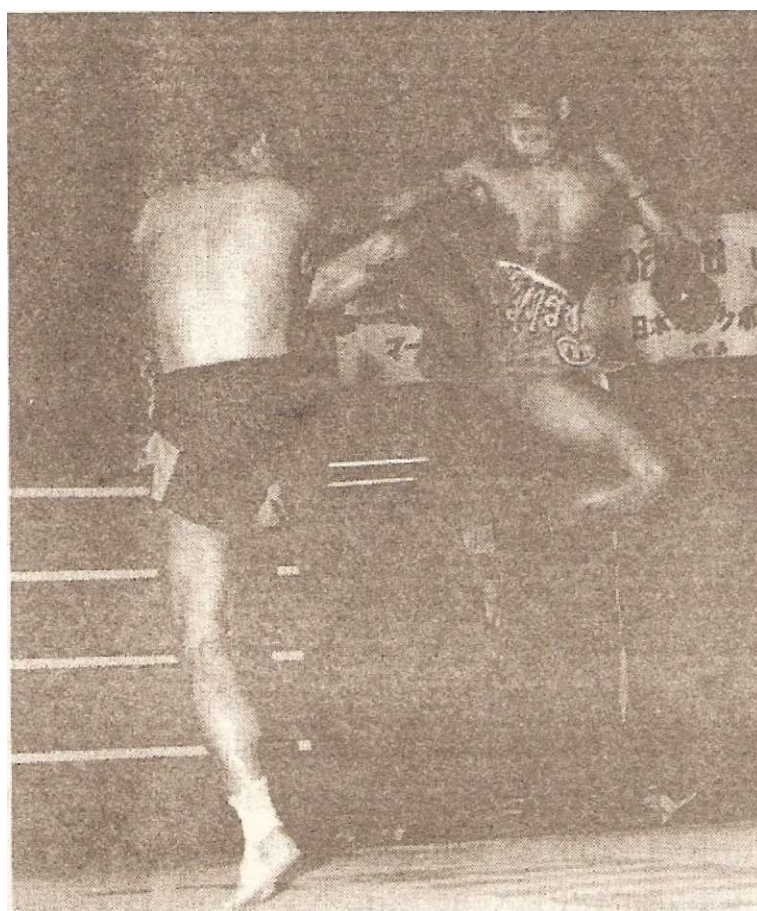
,

« ».

,

-

.



-

,

1707-1708 .,

.

«

-

-

»,

«

»

-

,

-

« - »

, , ,

.

.

-

,

« »

-

,

.

,

-

(« »),

-

« ».

« »

-

,

-

-

.

-

,

,

-

.

,

-

.

,

.

-

,

.

-

-

,

.

-

« » (« »

»).

« »).

,

-

,

.

« ».

« - »

-

XI -XIII .

(« »), (« »), (« »)
(« »).

-

-



,

-

,

,

-

,

,

19 .

-

.

,

,

19

.

« - »

,

, , , -

· ,

(« »), -

,

·

,

,

(« »).

,

-

·

« ».

,

, · · , ,

· ·

,

,

(

)

·

,

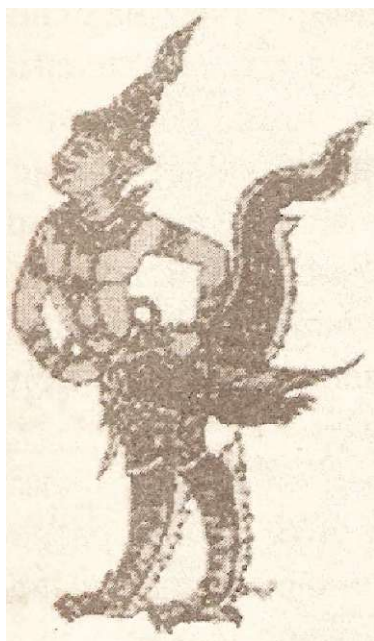
,

- ,

·

« - »

МАГИЯ БОЯ



« ».

« » (« »),

XVI - XVII .),

« », « »

« - »

(: «
()»).

,

-

.

-

-

(« »).

-

,

-

,

.

,

12

:

,

-

.

().

«

»

,

.

«

»

(« »)

-

,

-

«

» -

-

.

-

:

(

-

),

()

(

-

),

«

-

».

«

» («

»)

«

»

,

,

-

.

,

-

«

».

,

,

«

»,

-

-

.

,

-

«

»

,

« - »

· , · -

« ».

- « » (« »), -



- · , -
(, -

), · ,

· 1593 · ,

· -

· « » , -

· -

· -

· ,

· ,

·

·

« - »

() , -

« », -

« » (-

; ,).

: 1) , -

(« »); 2) -

(« »); 3) -

(« »); 4) -

, -

(« »). , , -

« », -

; « -

» ; -

; ; -

(, .) -

« » « », « -

» (« ») « » (« -

»).

, , -

, , -

, .

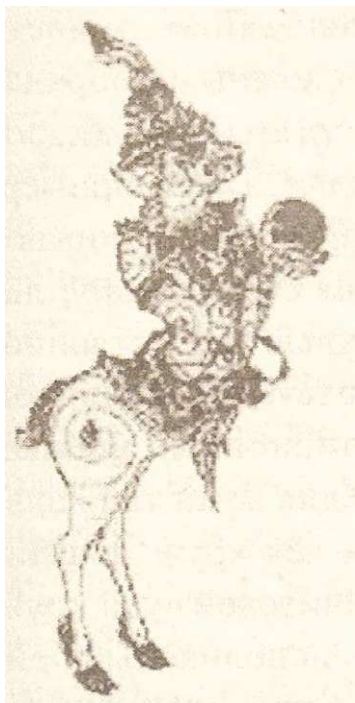
, « -

» , -

() -

, -

.



« - »

, , -

-

-

· , -

, -

, , -

· -

-

« », -

, -

·

« »

- , -

, ,

, ,

· ,

« »

-

-

, , -

· , -

« », , -

· -

, -

, -

»,

« »

« - » (« »).

·

-

« — »

«...», «...» («...»
20. «...» - «...»

« » ,

« ».



•

« » ,

« » « »,

« » ,

• << >>

« , ».

,

,

,

•

20

,

,

,

.

, « »

•

$$(\quad, \quad, \quad, \quad . .)$$

», «

,

,

,

« - »

, « » -

, , -

« ».

, -

« », -

- .

, -

, -

, -

(, -

) ,

, , -

. -

, -

. , -

« », -

, -

. -

. -

(« »), -

. -

() -

, -

. -

. -

« - »

,

.

« »,

.

,

,

,

• • ,

.

,

.

,

.

« »

,

.

,

,

,

,

,

,

,

,

« »

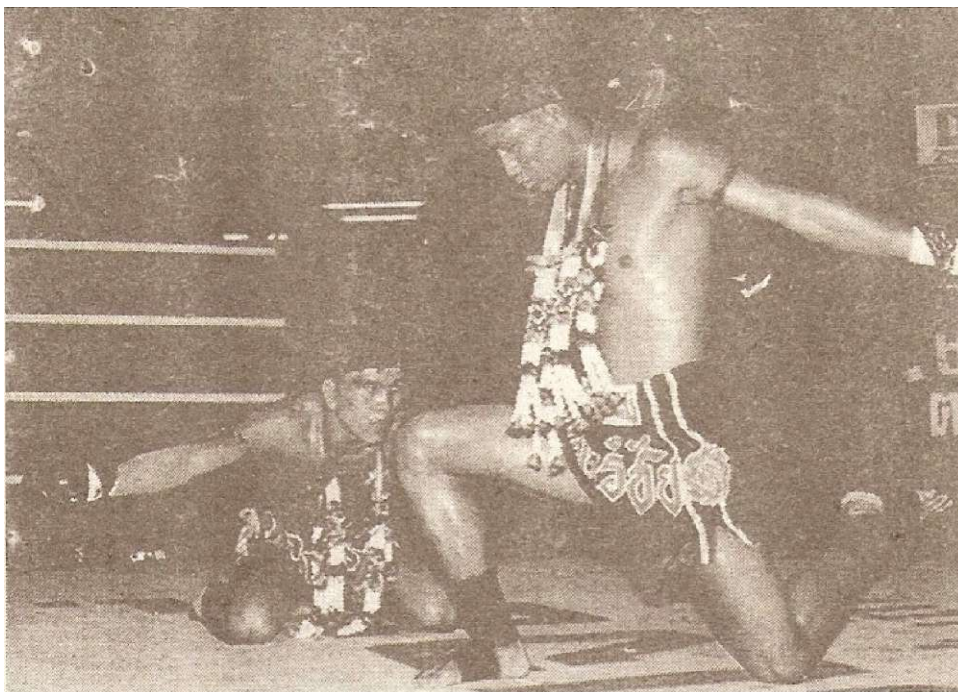
,

,

« - »

.

-



,

-

,

-

,

-

.

-

,

-

.

,

.

,

;

,

;

,

;

,

-

;

,

,

,

-

.

,

(« »).

«

-

» (

)

«

»

« - »

-

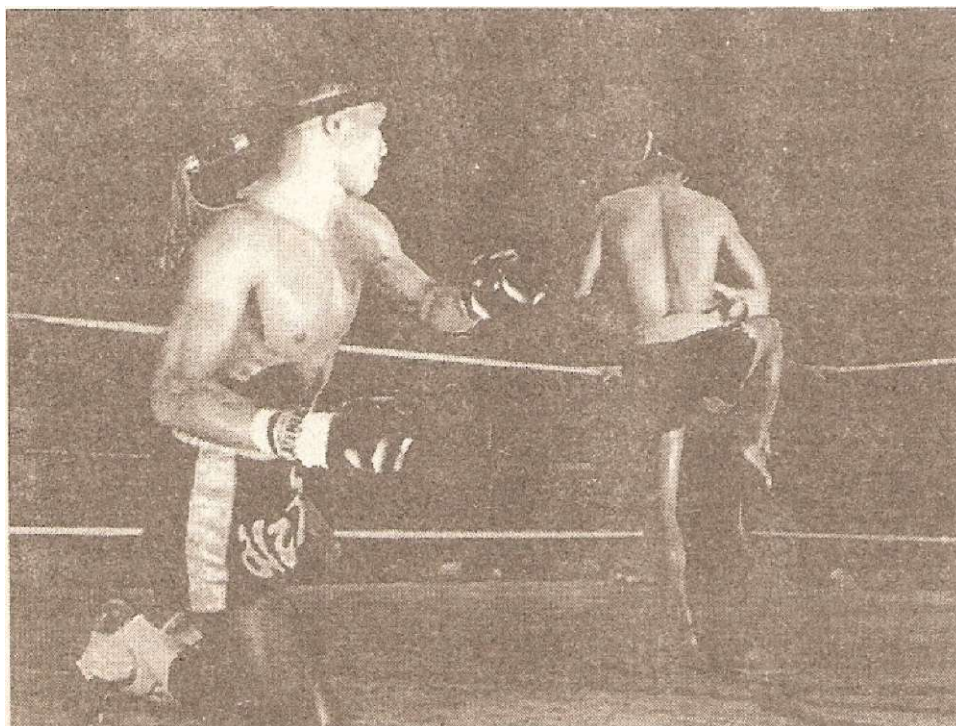
.

,

,

-

.



-

« » (.).

:

1. « » (« »).

-

;

2. « » (« »).

-

-

« »;

3. « » («

-

»).

-

;

4. « («

»).

«

»,

-

« - »

,

;

5. « » (« , - »).

« », ;

6. « » (« »).

,

;

7. « » (« »).

,

;

8. « » (« , »).

,

.

;

9. « » (« »).

() .

,

-

,

.

« »

, « »

« » . , «

» « »

,

,

« »

.

,

« - »

,

,

.

,

,

,

,

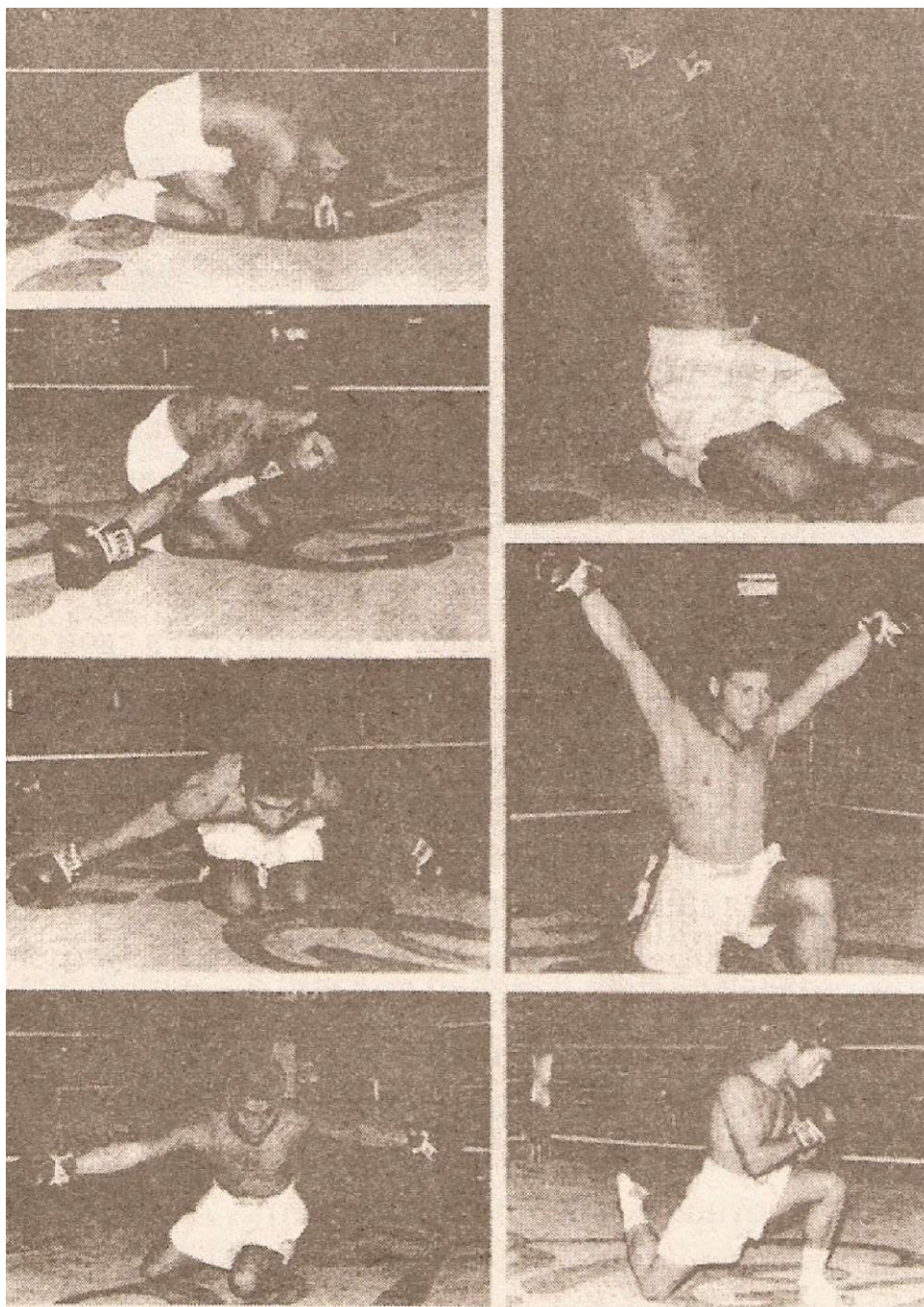
.

-

,

,

-



« - »

.

,

,

(« » - .),

.

,

,

.

,

,

«

»

,

.

,

.

,

,

.

,

.

,

,

,

,

,

.

,



700

.

-

« - »

. : , -
 , -



, -
 , . . ,
 , , -
 . -

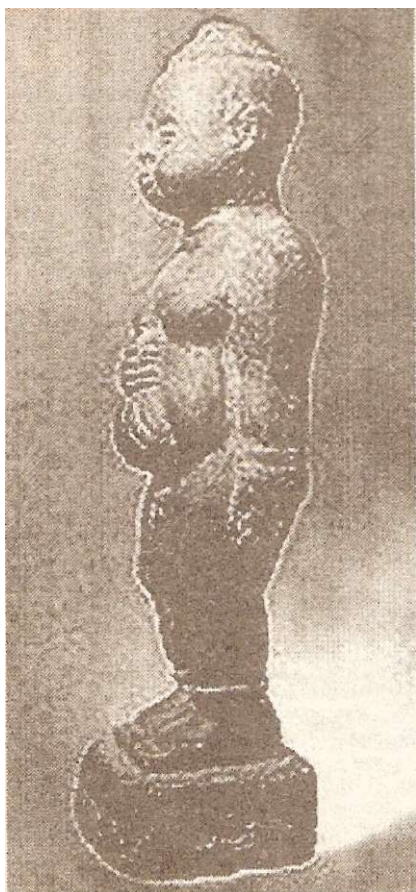
21 . , -

21 - -

« » (.
 : , . . « »
). , «
 » ,
 , .

« - »

,
»)



« »,

»).

« ».

)

»

« » (« -
.

, -
-

,
.
-

(1786-1855),

«

», -

, -
-

.
,-

,
.

, .

(« ») -

(«

(

«

(
).

-
,
-
-

.
,
.

,

«

- - »
» (« »),

· ,

XVI . «

»,

VII . . . ,

, · - ,

,

·

, - -

·

,

, ,

· , ,

« » ,

·

,

·

108

(,
) ,

· , -

, -

· 108

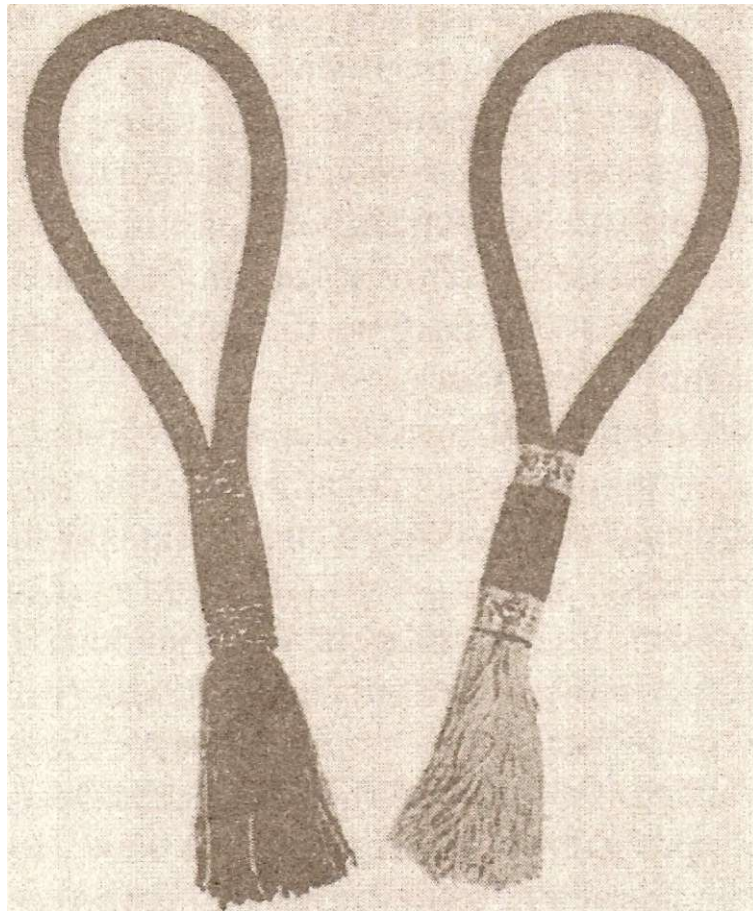
,

· -
8

9 - · -
·

« - »

-



•
,

-

-

•

« »,

•

-

-

« »,

,

,

-

•

,

,

-

« - »

« », -

, , -

I, 1807 .

, 1 -

, -

, -

. « » -

, (), -

, . -

. « » -

: -

. -

, .

, (

), , -

. -

, -

. « -

» . 1902 . -

. («

») 152 -

. « » -

« -

- » XVIII .

« - »

,

-

.

-



-

-

,

,

.

,

« »: 1.« -

» (« »).

-

,

,

-

;



2.« » (« »).

, , . -



« - »

; 3.« » (« »).

; 4.

« » (« »).

,

.

,

,

-

,

-

,

-

.

-

« » (« »), « -

» (« »;

-

), « » (« »)

-

-

« ».

.

-

,

-



()

« - »

.

.

,

,

-

-

(1990 .).

,

(1994 .)

-

-

.

.

,

,

-

,

-

-

(IAMTF)

-

.

«

».

-

.



-

« - »

-

.

-

, , «

-

» -

,

,

-

.

,



(66,6).

,

« ,

».

,

()

« » - 26 1961 .

,

,

« »,

.

« » («

»)²³.

²³

,

,

,

,

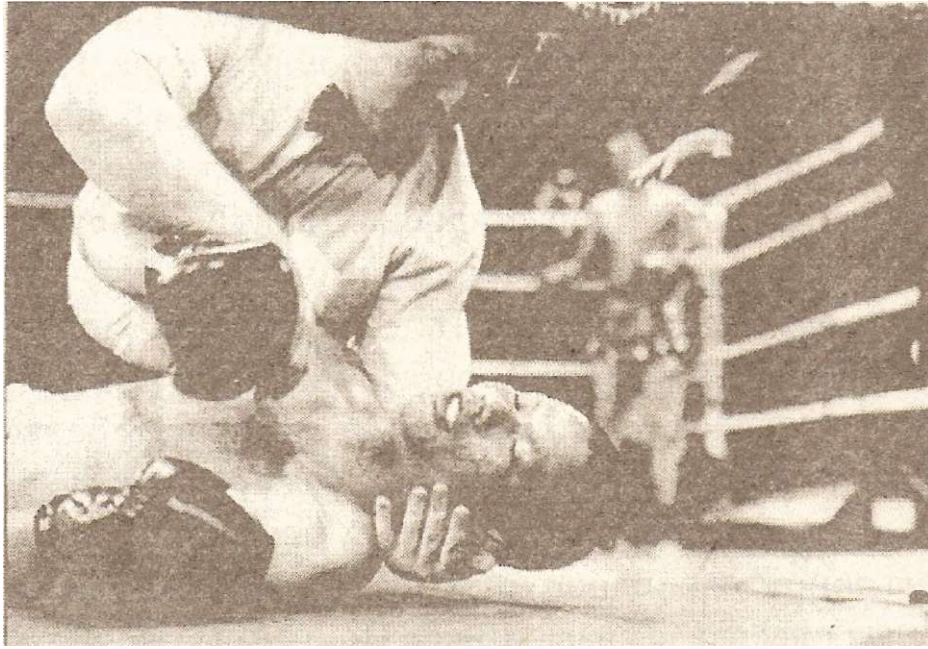
,

.

.

« - »

52 ,
4- 5-
 ,



« »
20 ,
« »,

,
 ,
183 ,
 ,
 :

«
1981 .
»

« - »

(61,2) -

,

.

,

« -

» .

-

-

,

-

,

-

.

.

-

,

,

.

,

.

,

.

,

.

.

« ».

1982 .

«

».

-

,

1984 .

« ,

» .

-

1984 .

-

,

,

.

-

(



« - »

) « ». , -

1951 ., -

14 .

,

, 6-7 .

,

,

-

- 14-

16 .

-

-

-

-

-

• • • ,

• -

-

« -

» « », -

-

19 -

17,

• ,

« », -

• -

• -

,

« », -

• ,

« - »

5 1974 .

, -
.
,
,
.
-
, -
-
25-
.
-
.
.



« - »

, , -

« », -

, « » .

, , -

. -

. -

, .

1976 ., -

, , , -

, .

, , -

. -

, -

-

. -

. -

, -

, -

(

, . 1925 .).

81 , 70

(30). 1947 .

. 1951 . ,

. -

(71,5), 1 75

, .

, (),

1944 . « ».

« — »

•

« »

,

•

—

,

,

•

•

,

<<

».

<<

»²⁴,

2

« » -

✱

•

,

•

,

, 1985 .

•

24 « » -

,

<<

».

-

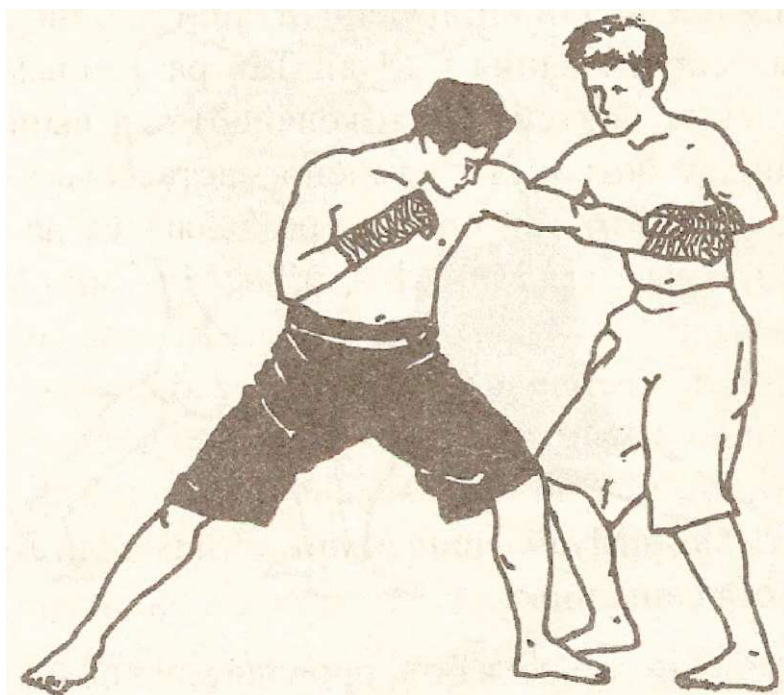
« — »

« - »

)), - (23), -

:) - - (4). -

. - (23).



,

.

(-

) -

,

,

,

.

,

.

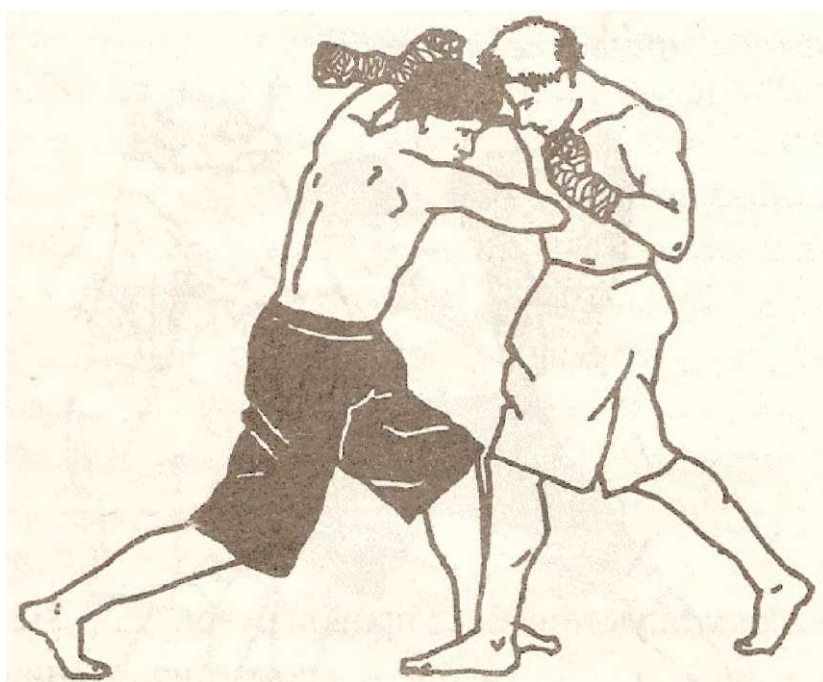
,

.

« - »

, ,
, ().

()



,
.
, , -
-
.
, , -
, .

()

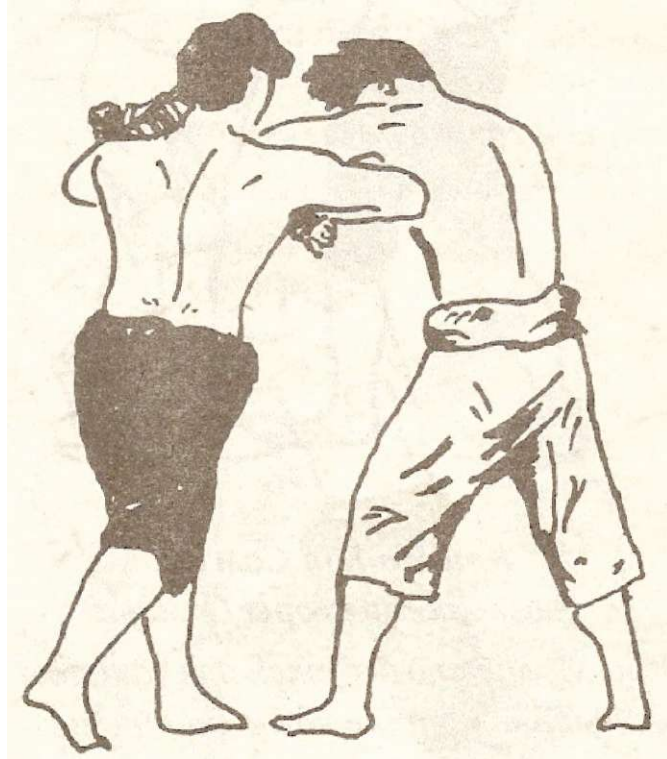
-

« - »

. -

, -

. .



, , -

, . -

,

.

-

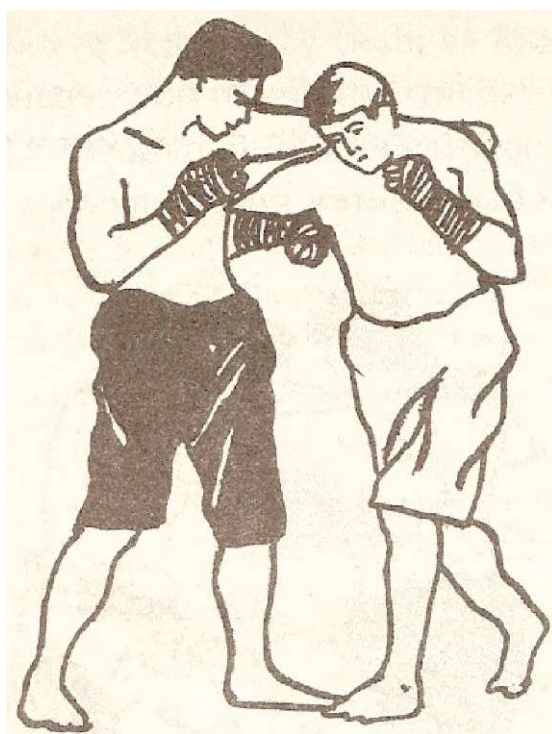
. . -

-

.

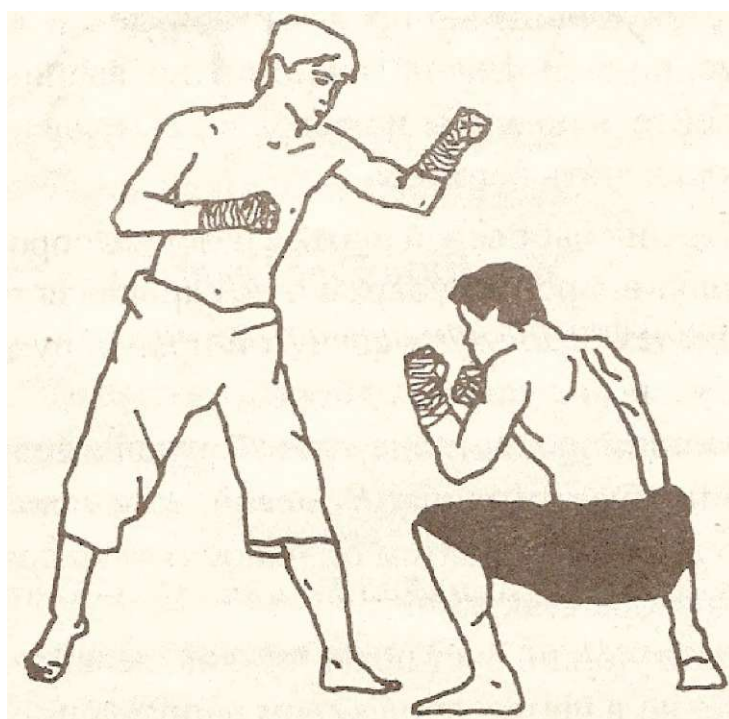
, , -

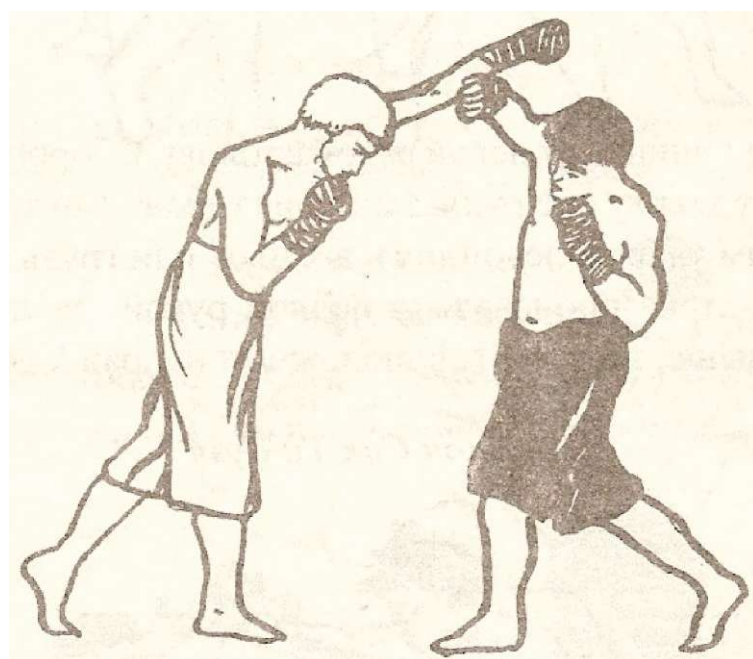
, .

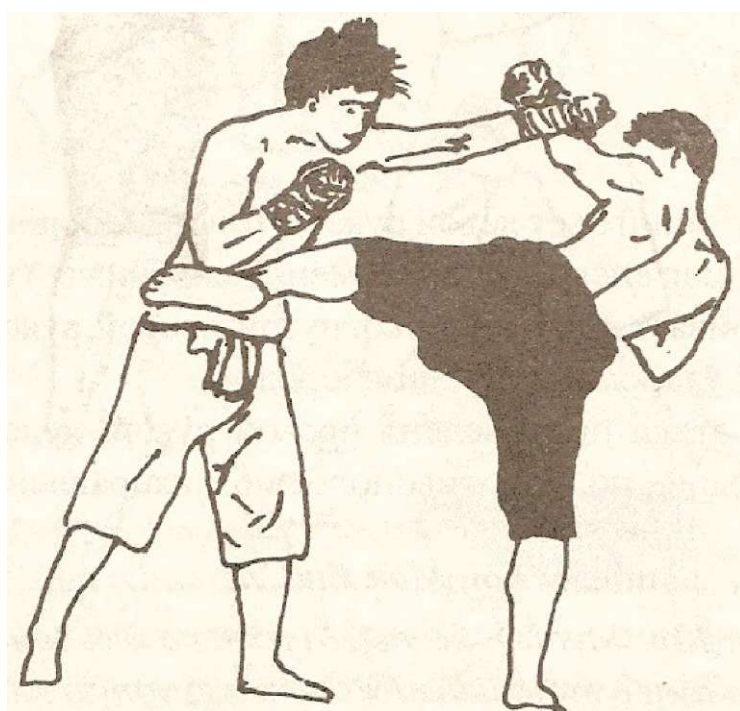
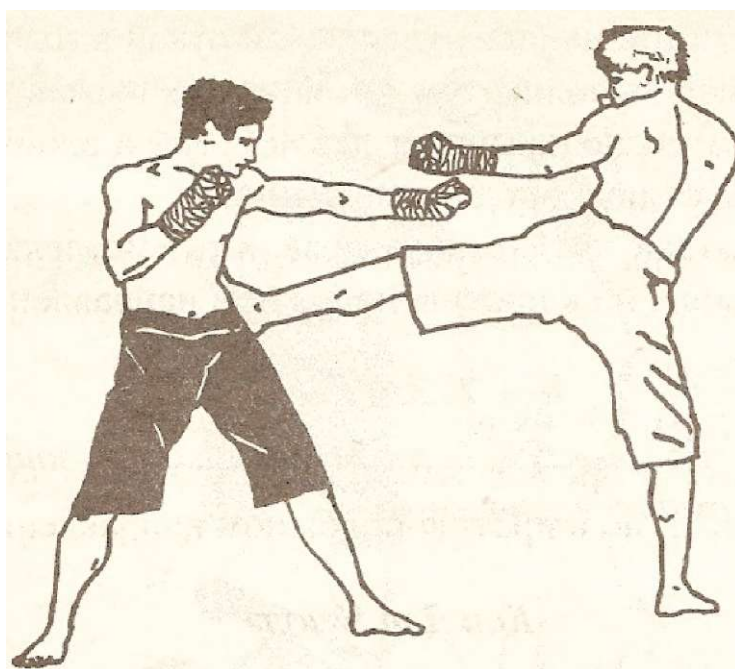


()

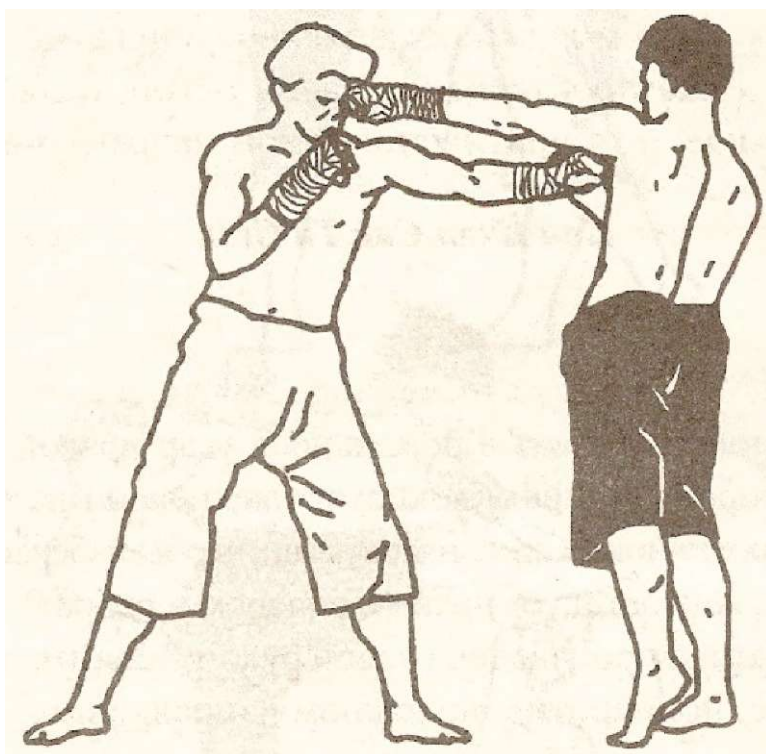
,

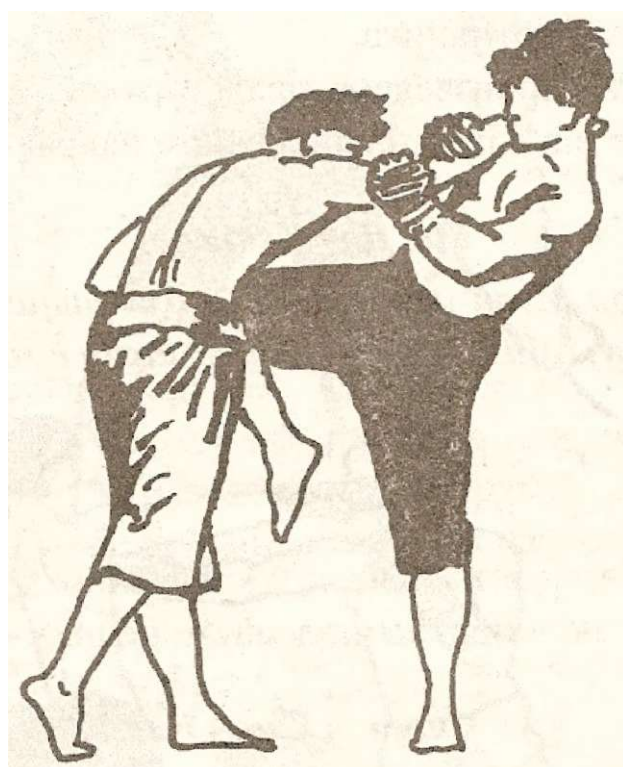






« - »



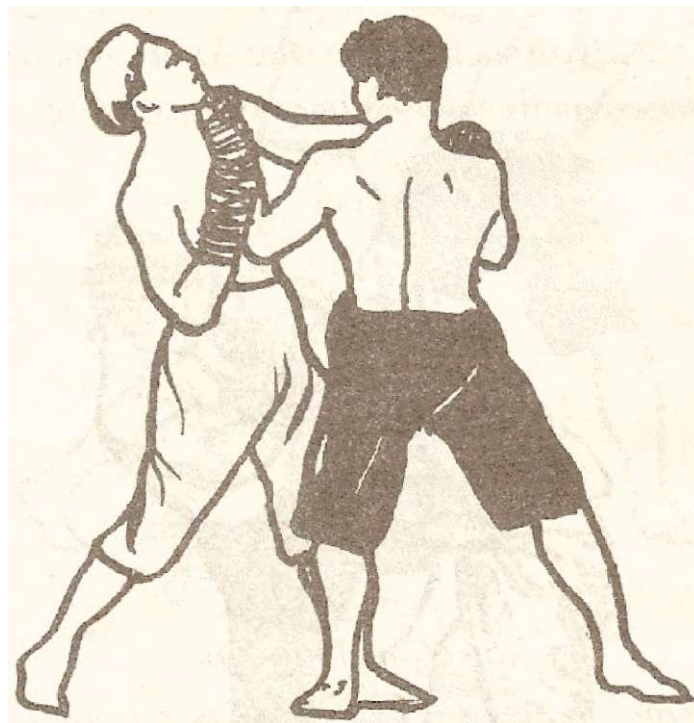


« - »

-

.

.



, ,

,

.

,

,

-

-

-

-

.

.

.

-

-

.

. (

).

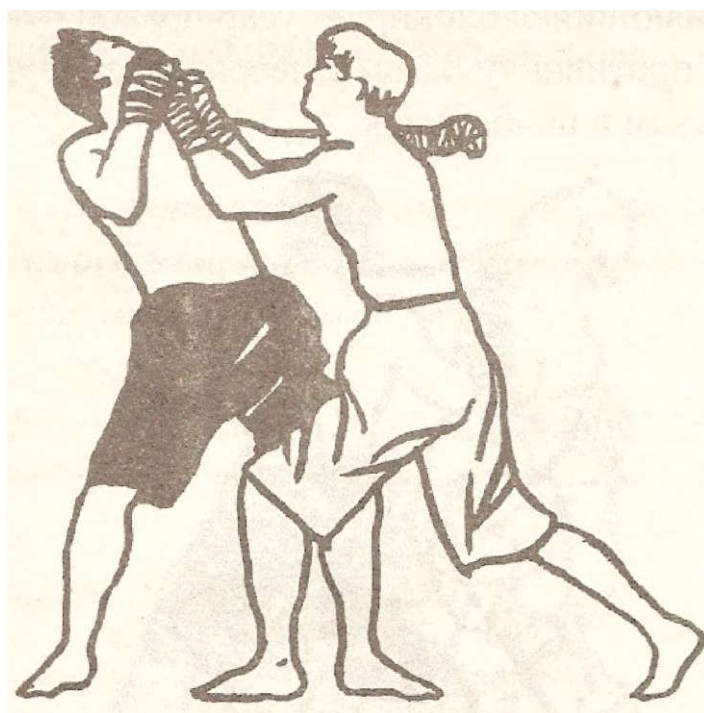
,

,

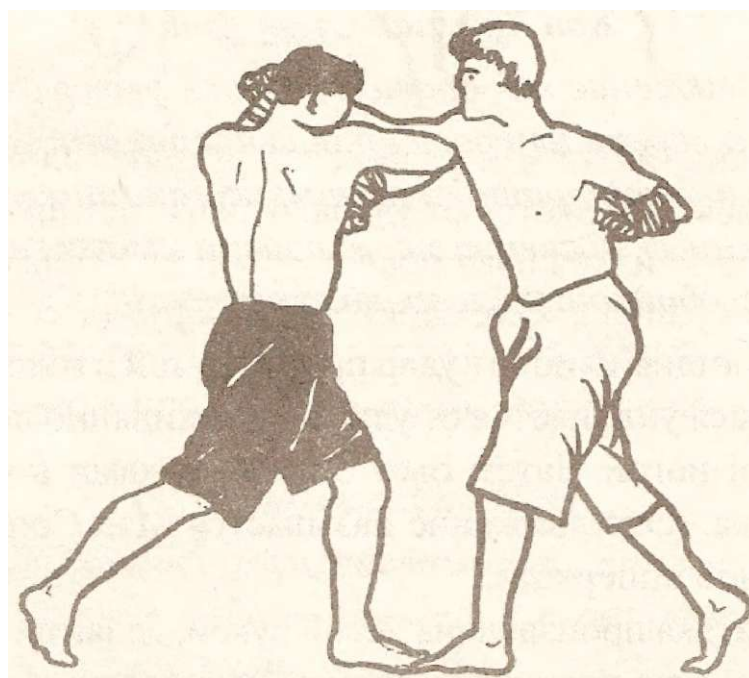
-

,

.



, -
-
.



« - »

,

.

,

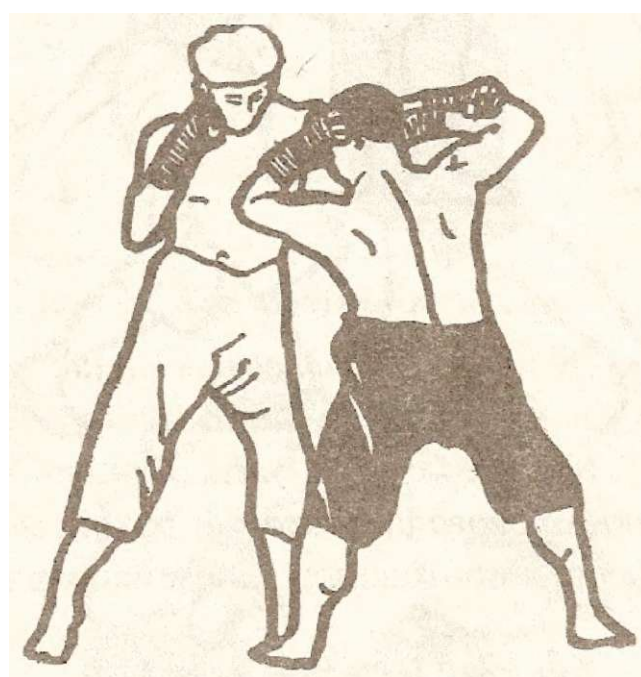
.

,

,

,

.



.

,

,

,

.

,

,

,

.

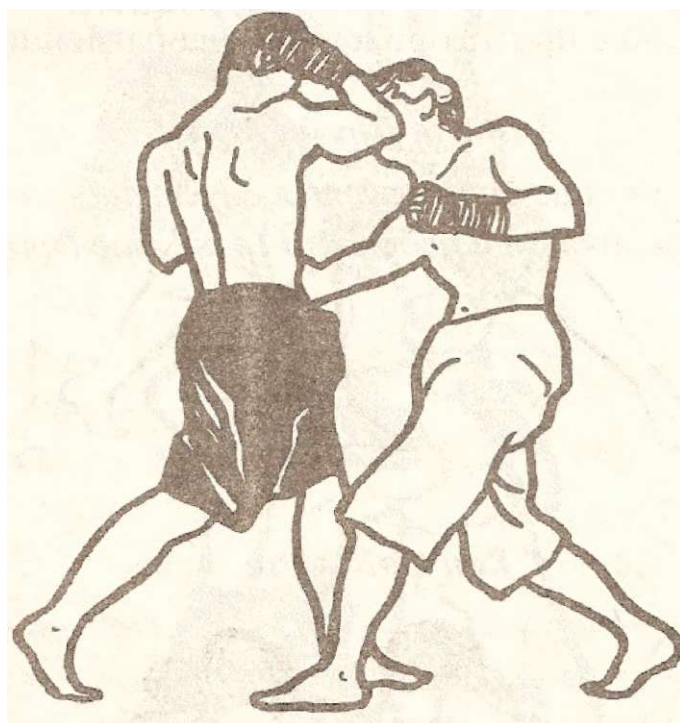
-

.

« - »

. -
, ,
, -

.



, ,

, .

.
,

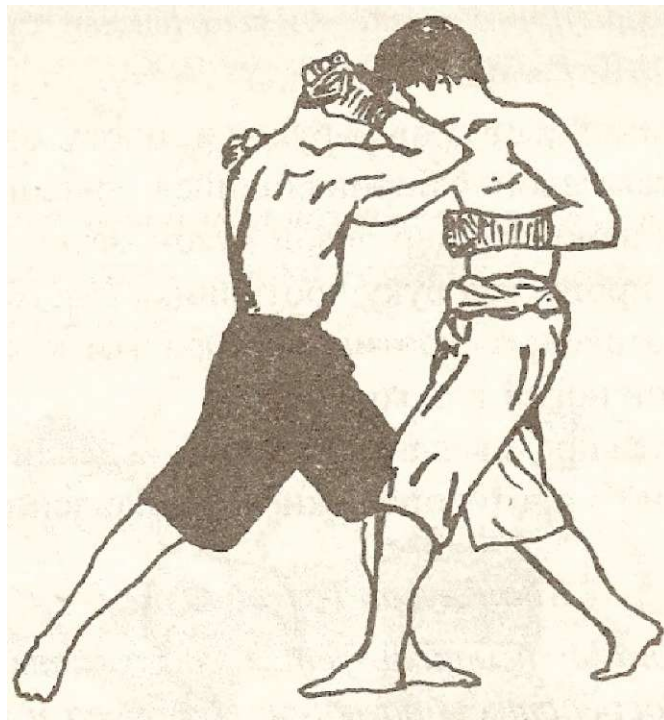
. -
, -

.

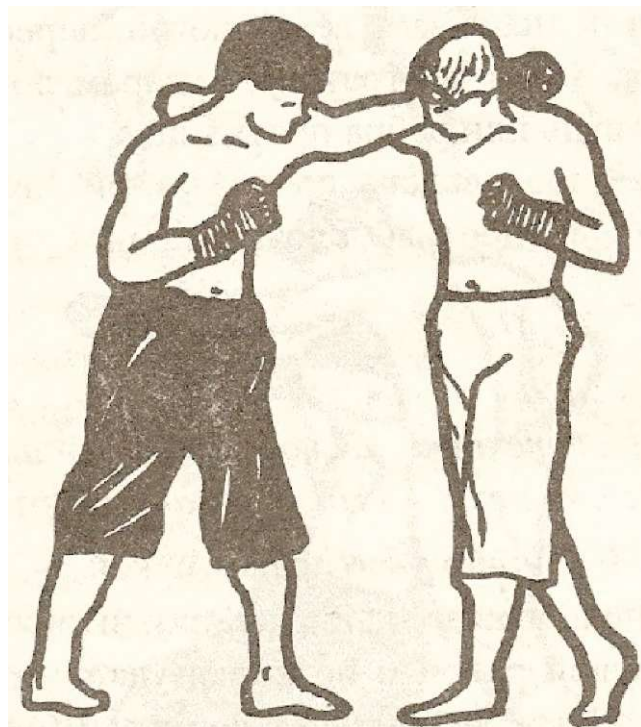
.

, , -

, .



Cu



« — »

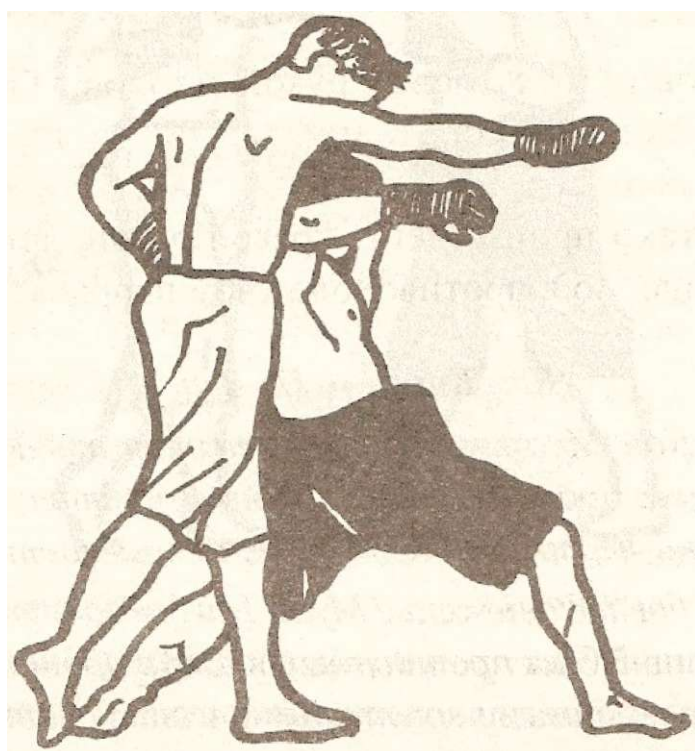
• (

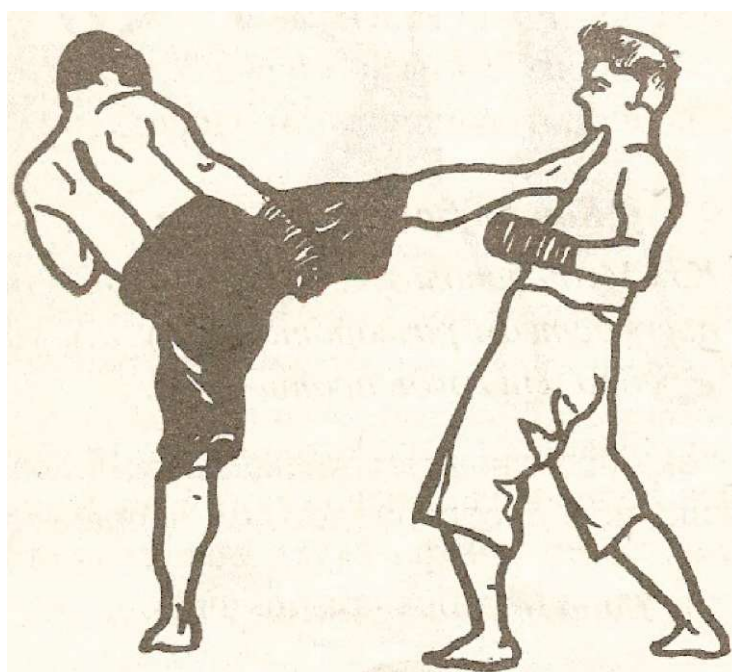
$$).$$

—

’ , , —

—





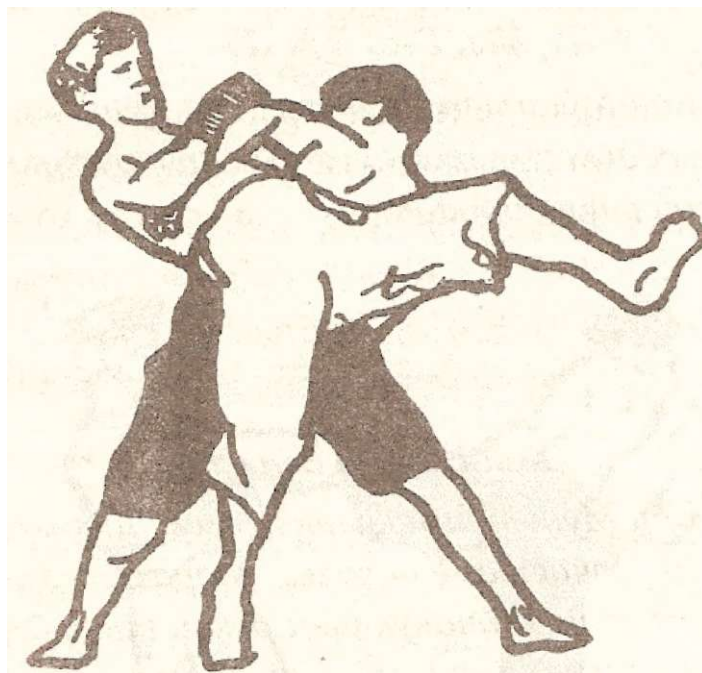
«

-

»

,

.

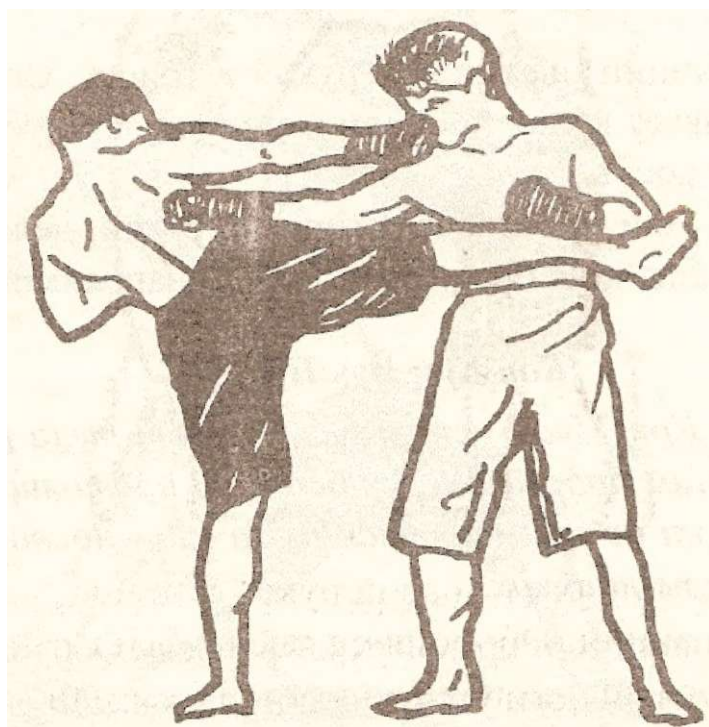


,

,

,

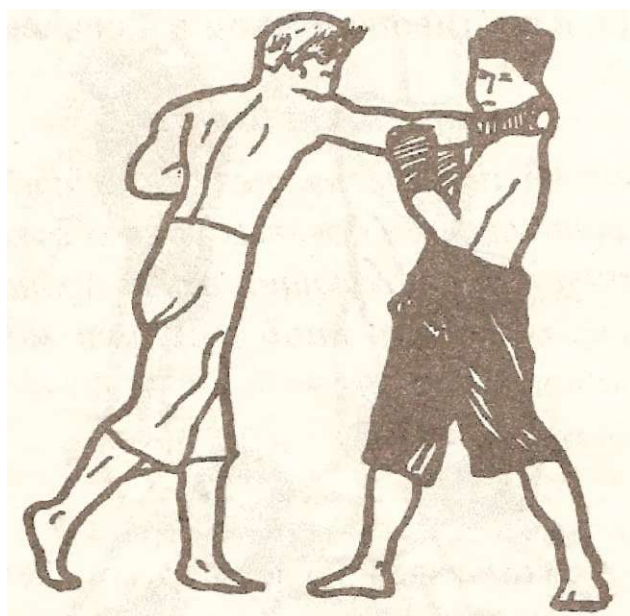
.



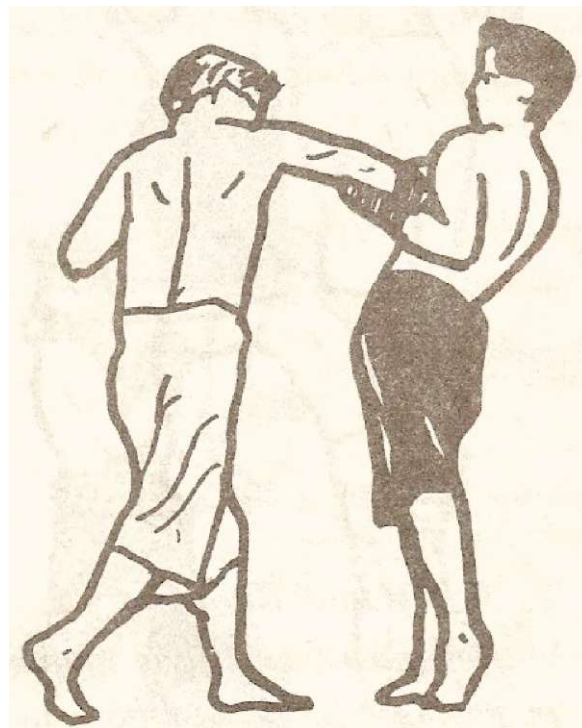
« - »

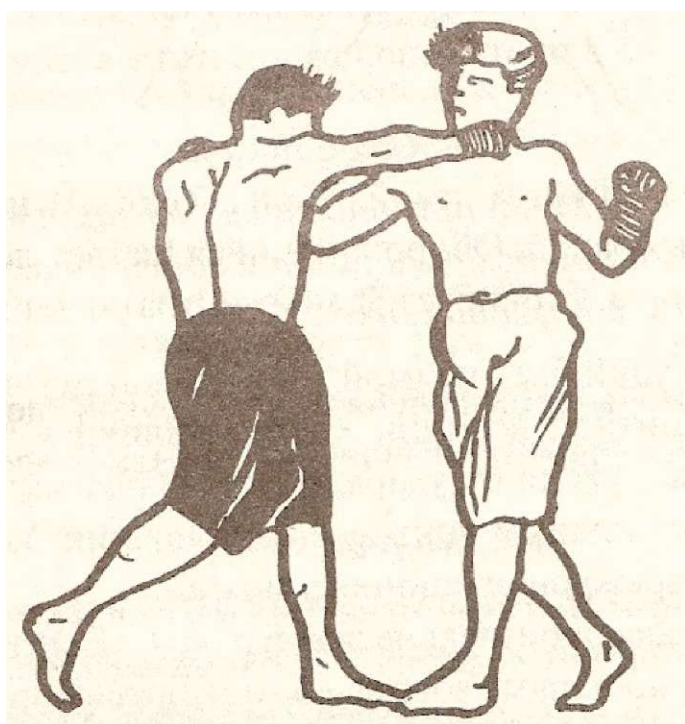
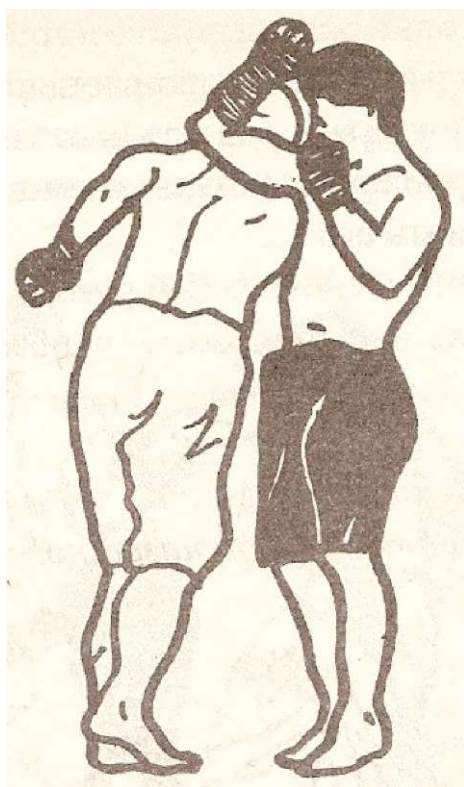
· -
· -
, , -
, · -

· -
, (« -
»).



· -
· -
, -
, , -
· ,
, · -





« - »

, -

-

,

-

,

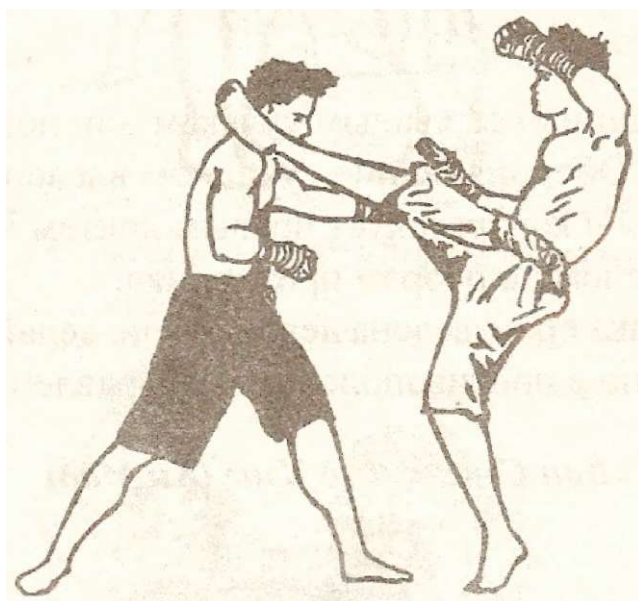
,

-

,

.

.



,

.

,

-

.

,

,

,

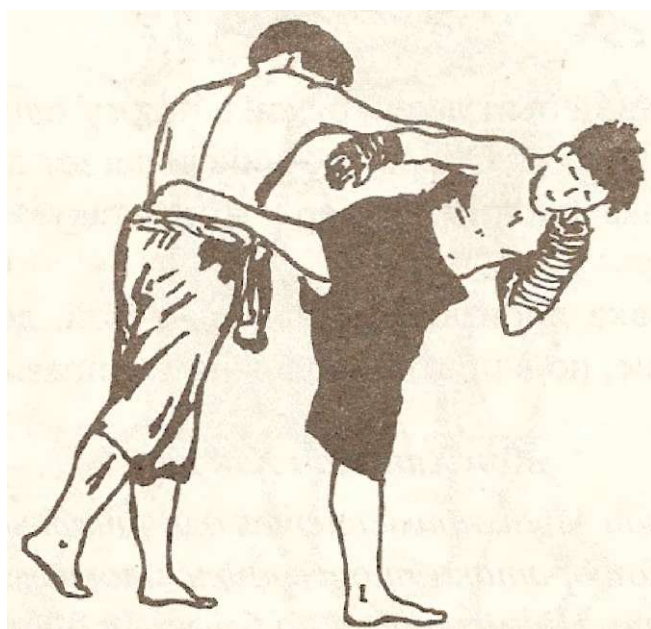
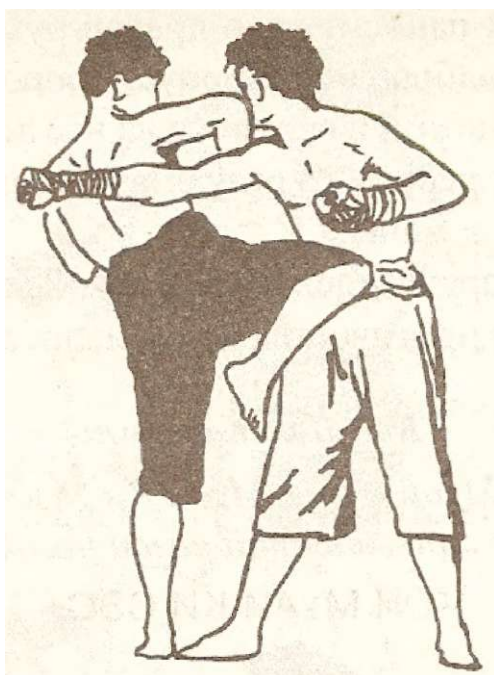
.

.

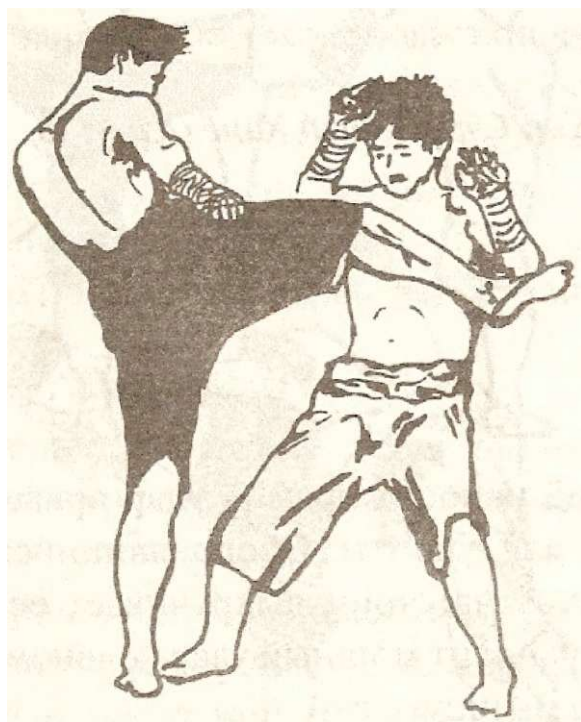
.

.

« — »

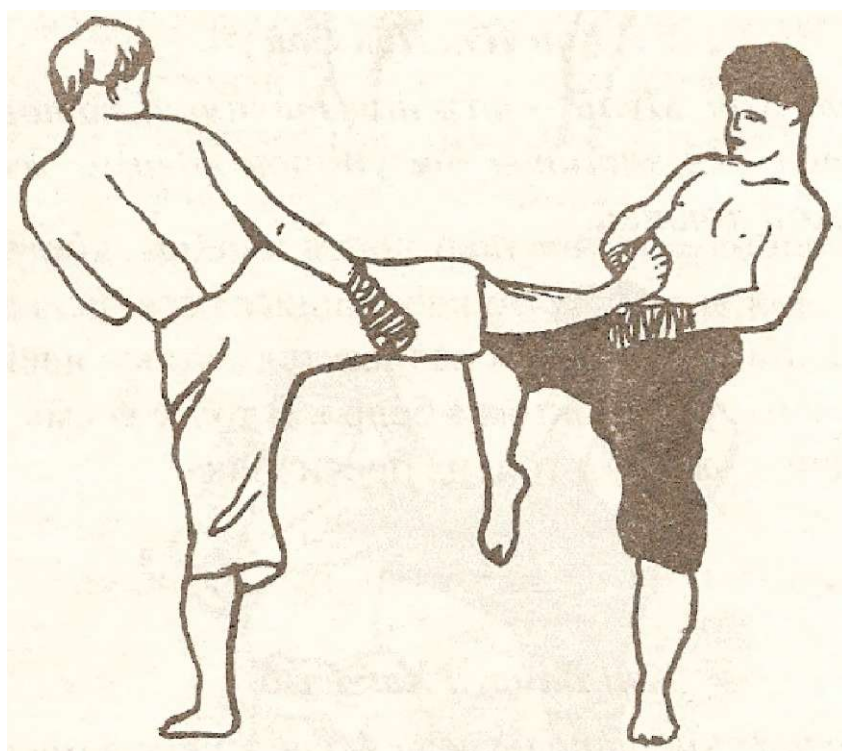


КОН МУАЙ КИ СЭО



« - »

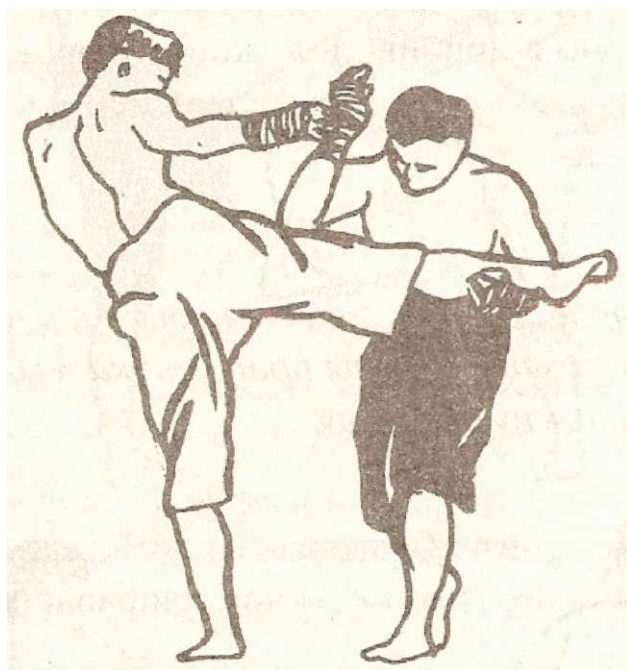
, -
-
.
, ,
, .
-
.



,

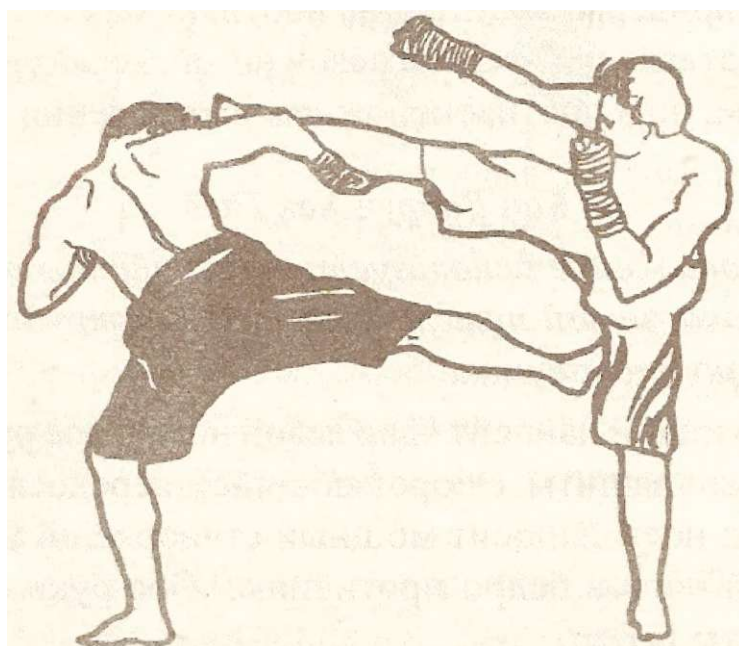
, , «
».

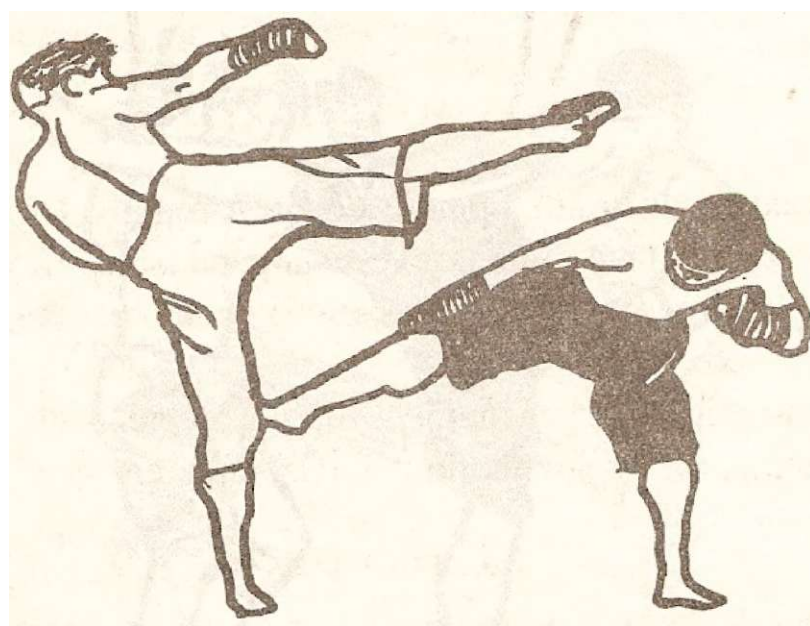
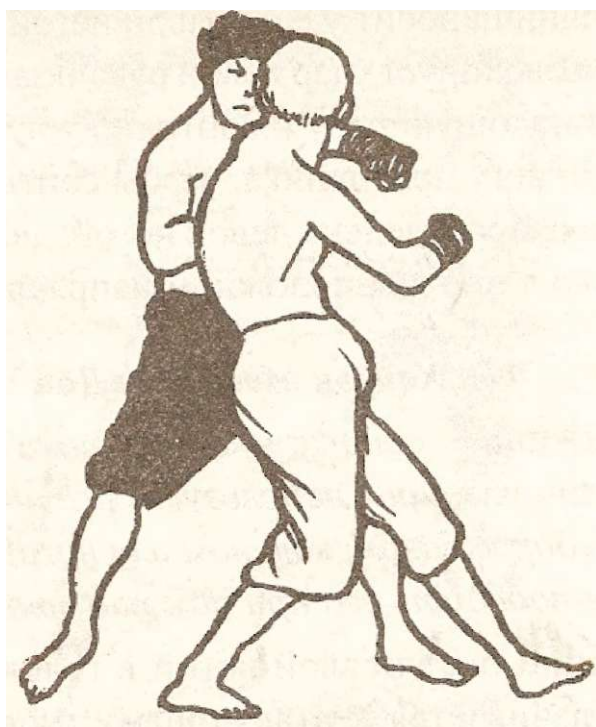
,





‘ ‘ -
, .
.
.



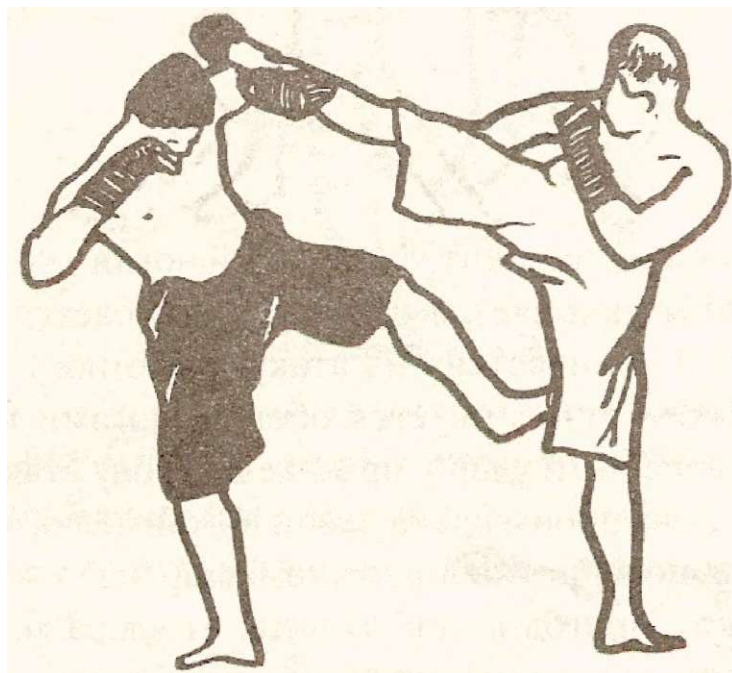


« - »

, . , , -

, .

.



. -

,

,

.

, , -

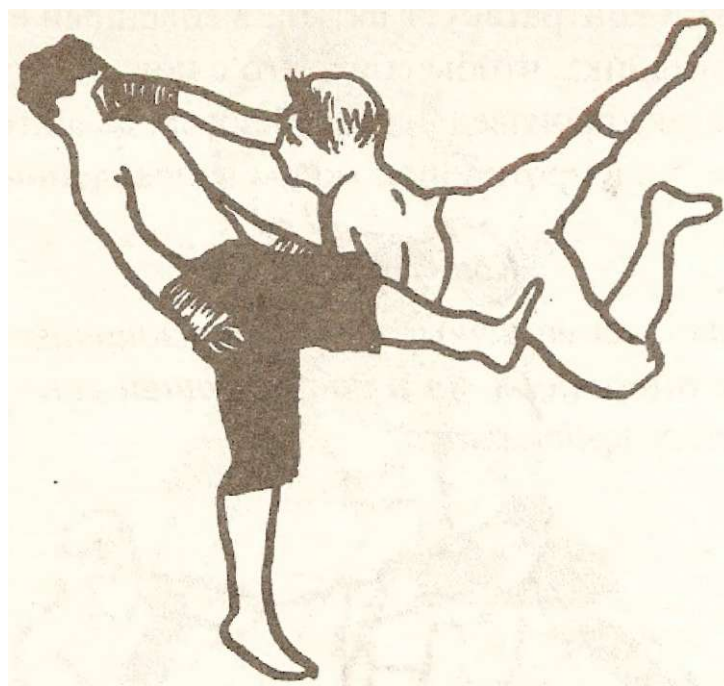
, .

-

.

.

« - »



. -

,

« »

.

.

, ,

-

,

.

-

,

.

.

,

-

,

.

-

, ,

,

.

.

,

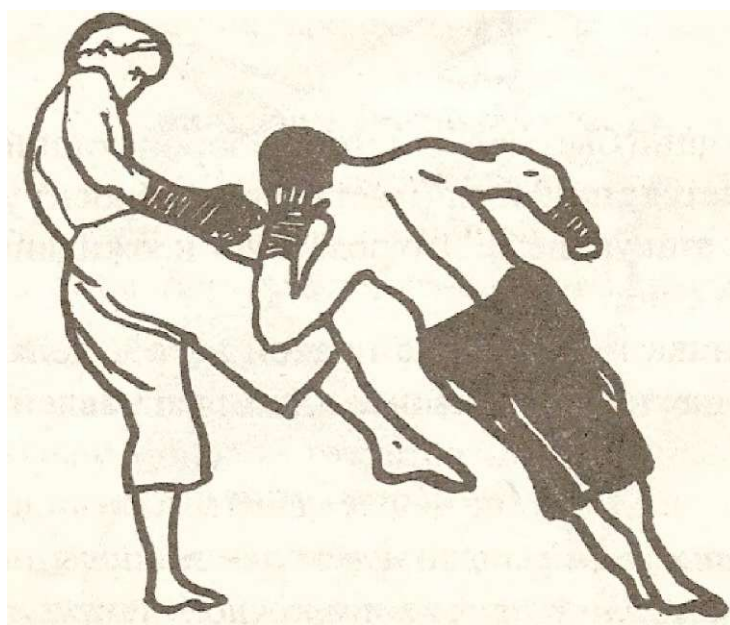
,

,

.



()



« - »

. -

, , -

. , -

.

,

.



.

, -

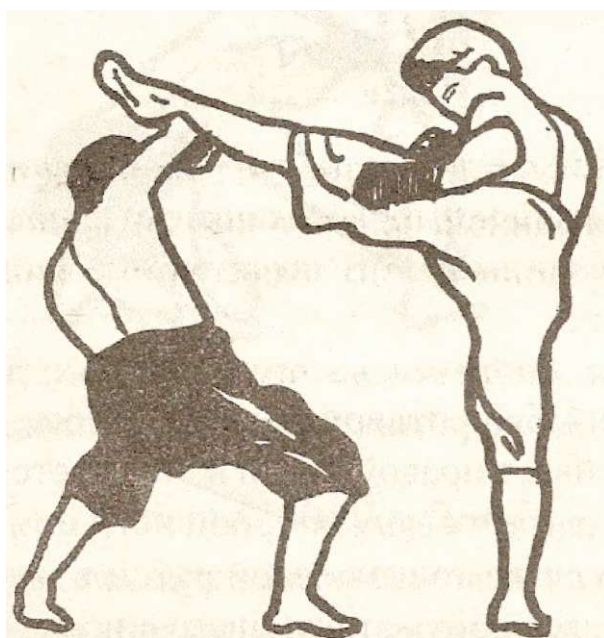
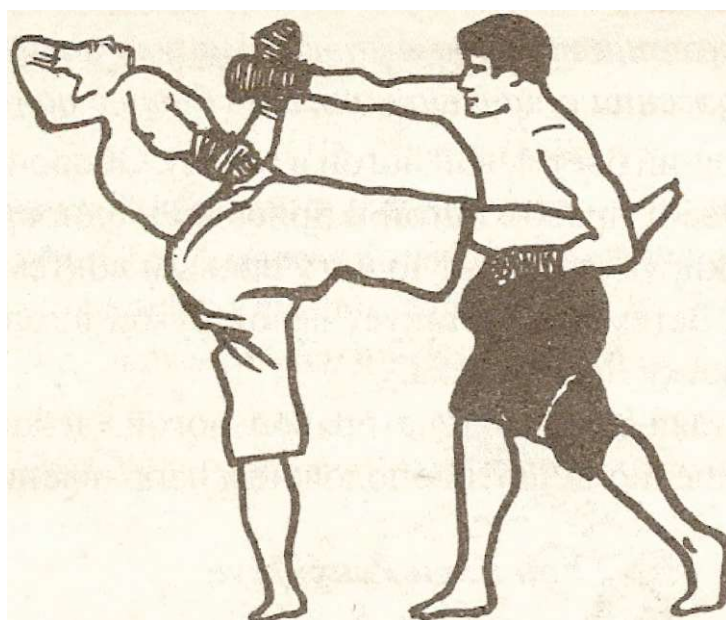
.

.

, ,

, .

.



« - »

« » .

·

· -

， -

·

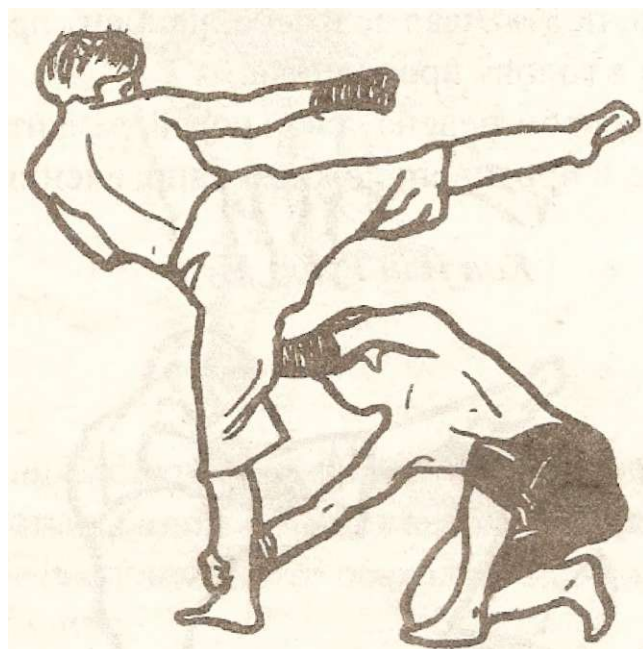
·

，

， ·

-

·



· -

，

，

-

， ·

« - »

, , -

, .

.

,

(
).

-

.



. -

-

.

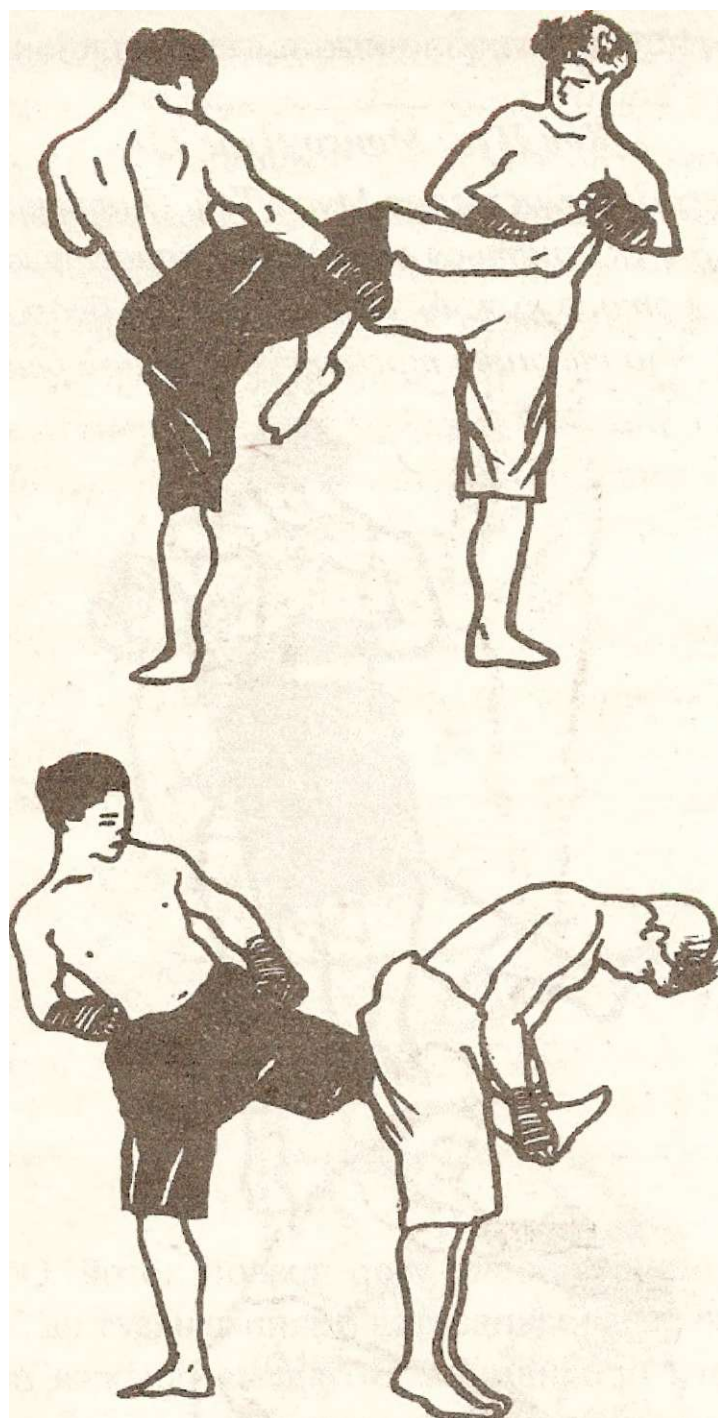
.

, , -

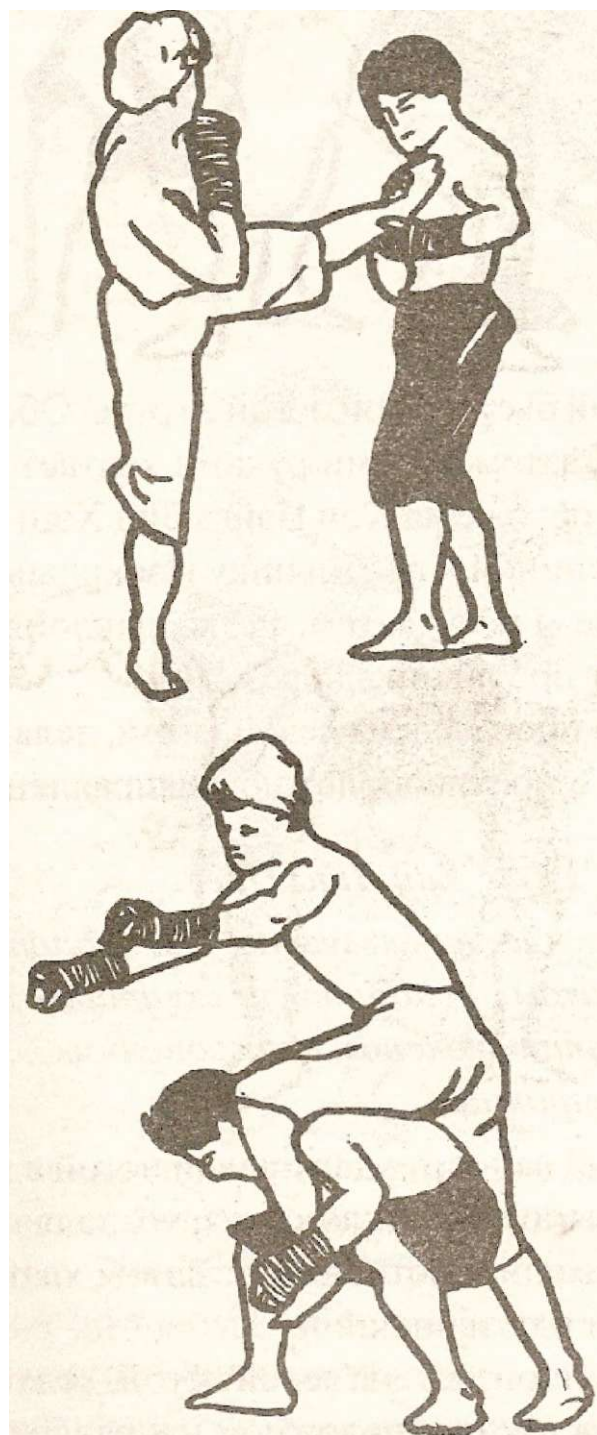
, .

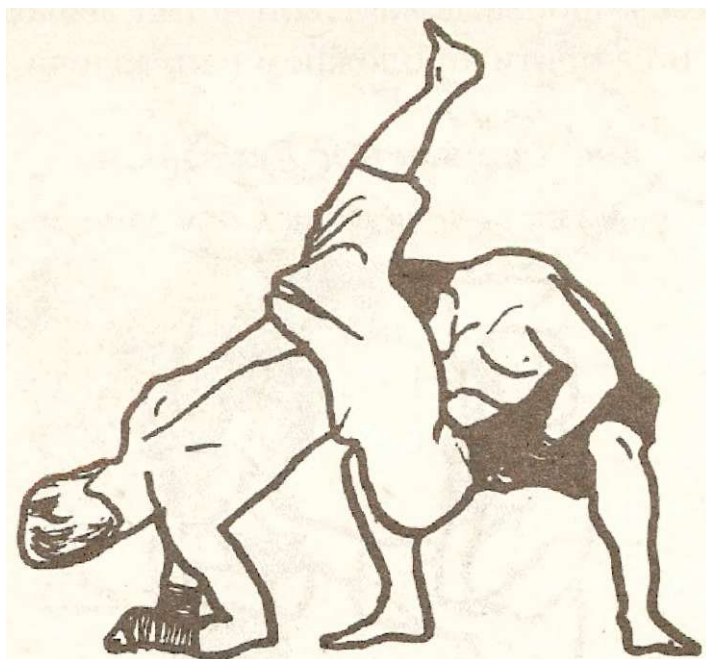
-

.



) (. -
« » , -

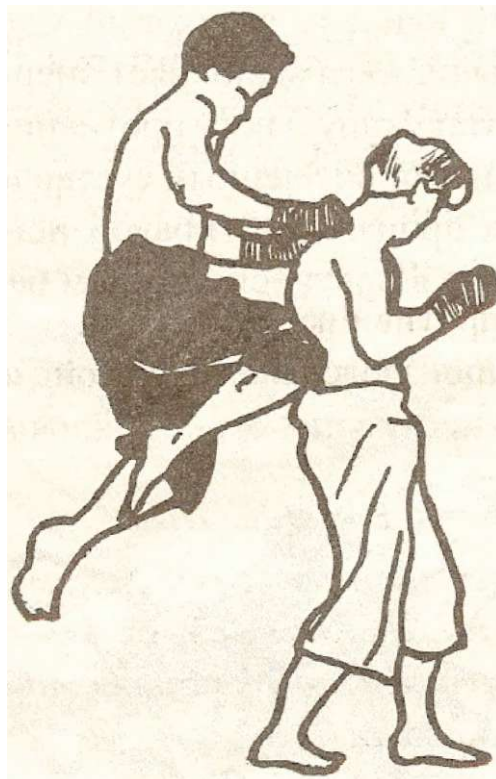
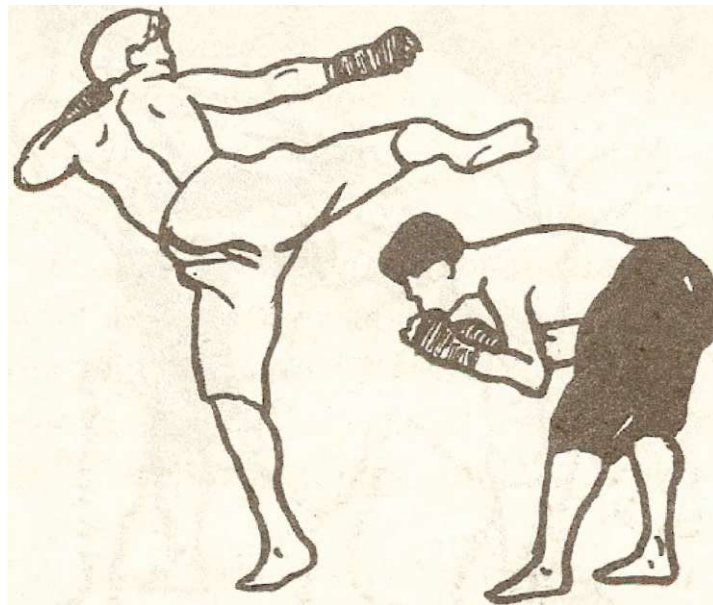


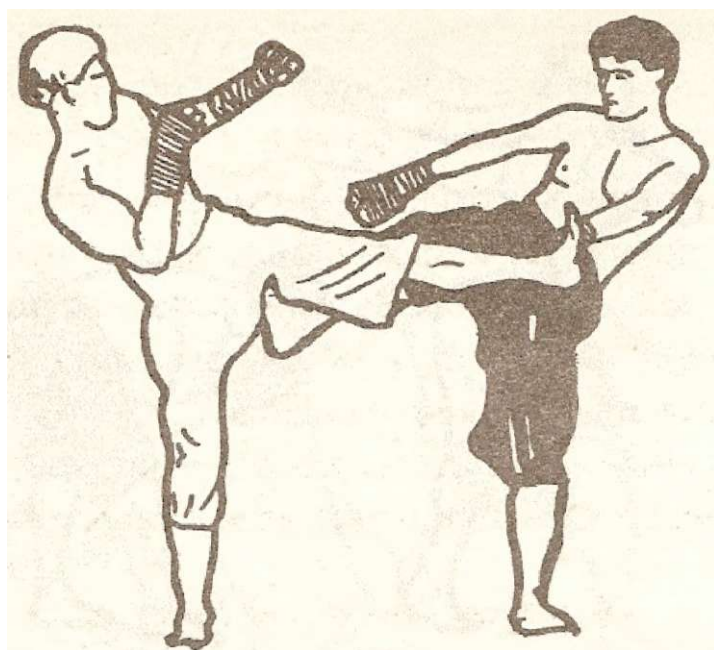


· -
，
()· -

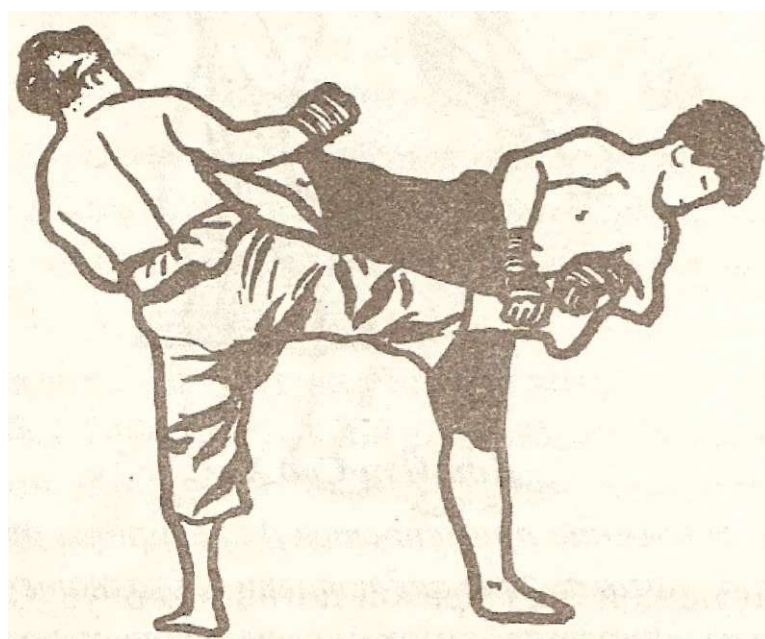
· ， ，
·
， ， -
， ·

· ， - -
·
· -
， -
， ，
·
， ， -
， ·





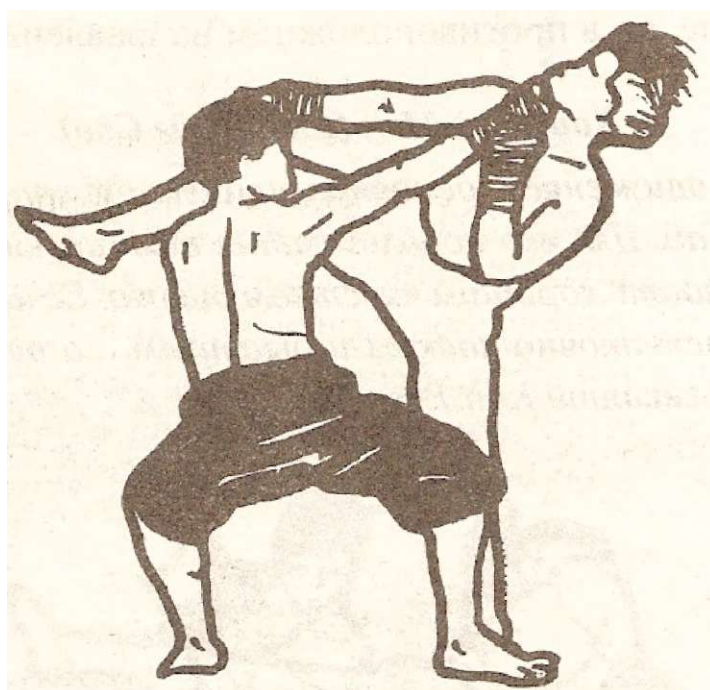
()



« — »

()

A stylized, high-contrast illustration in brown ink on a light background. It depicts a man in a white, long-sleeved shirt and dark, knee-length pants. He is captured in a dynamic pose, performing a high kick or a dance move. His right leg is extended upwards and backwards, while his left leg is bent. His arms are also in motion, with one hand near his head. In the background, another figure is partially visible, wearing a similar white shirt and dark pants, also in a dynamic pose. The overall style is reminiscent of mid-20th-century graphic design or poster art.



**КОН МУАЙ КХАО
(ЗАЩИТА ОТ УДАРОВ КОЛЕНЯМИ)**

« - »

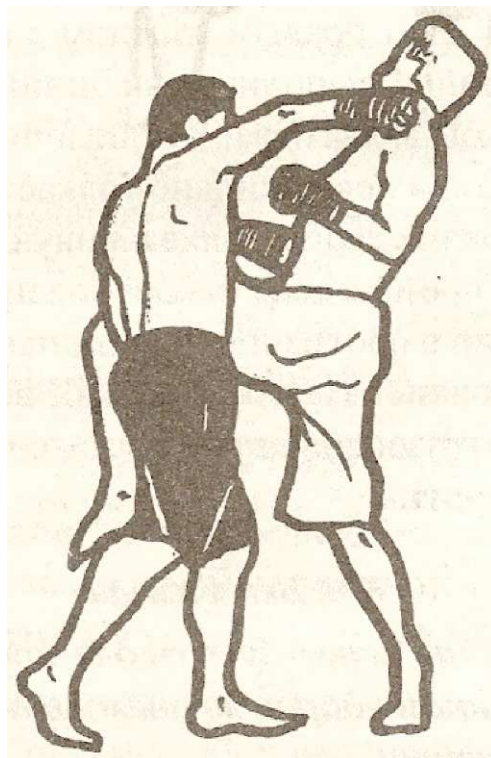
· -
(
) , -

· -
,
·

-
·

· -
, -
,
·

, , -
,
,



« - »

,

,



-

,

-

-

,

.

,

,

,

-

!

,

-

.

.



, -
-
-

, .

.

, ,

, .

КОН МУАЙ СОК

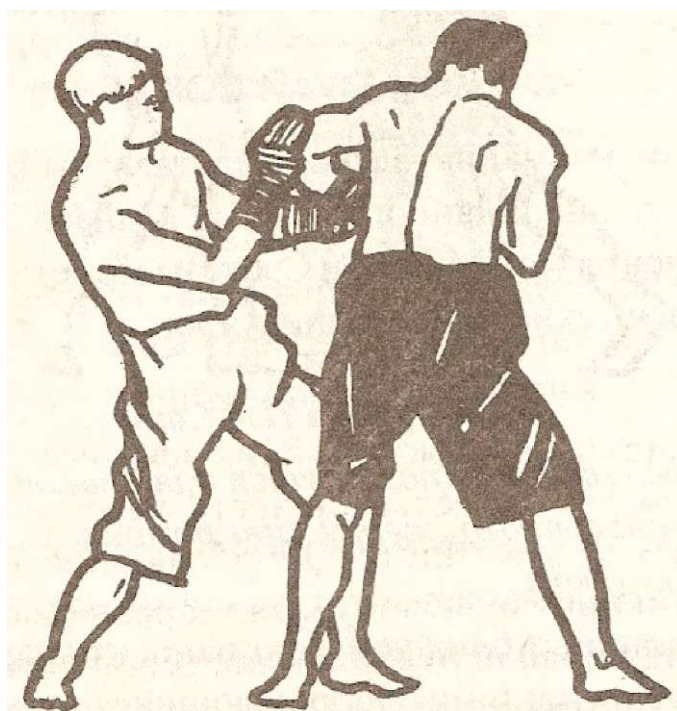
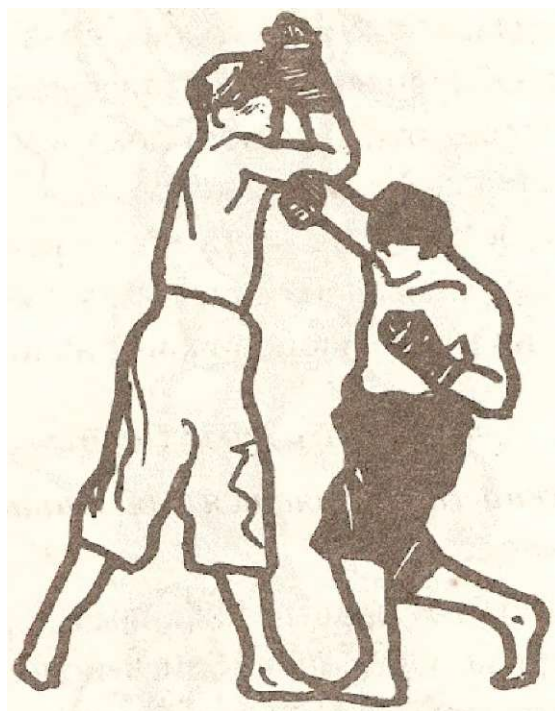
. -
-

, .

, , -

.

. ,



« - »

.

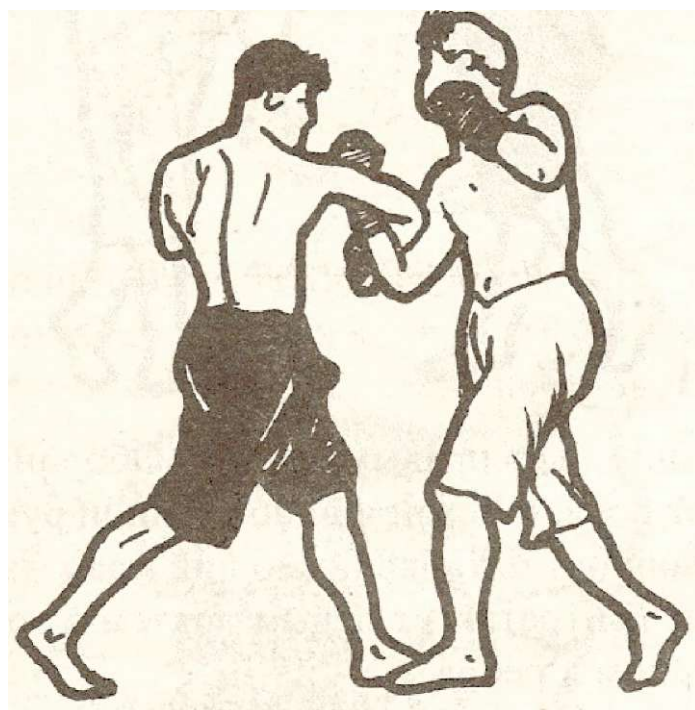
,

,

« »

(,)

,



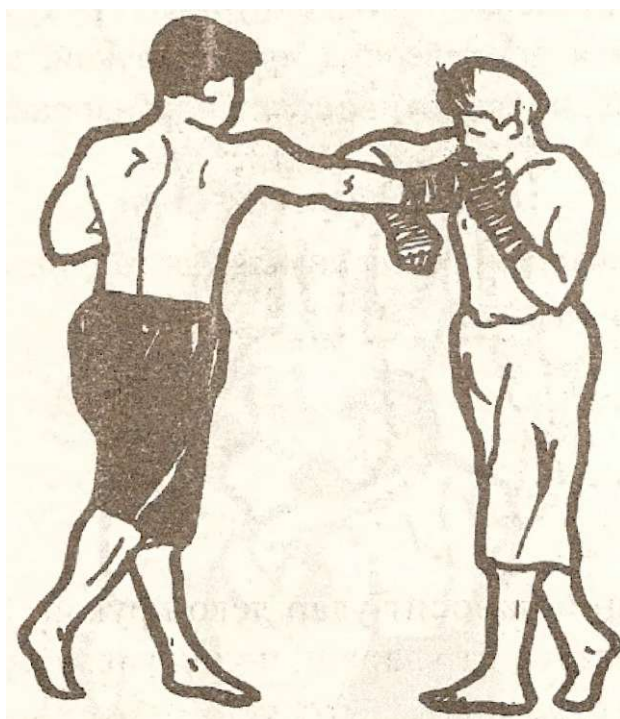
,

.

,

,

«Mya - »



« - »

,

.



.

-

,

,

.

-

.

,

.

-

(, ,)

.

-

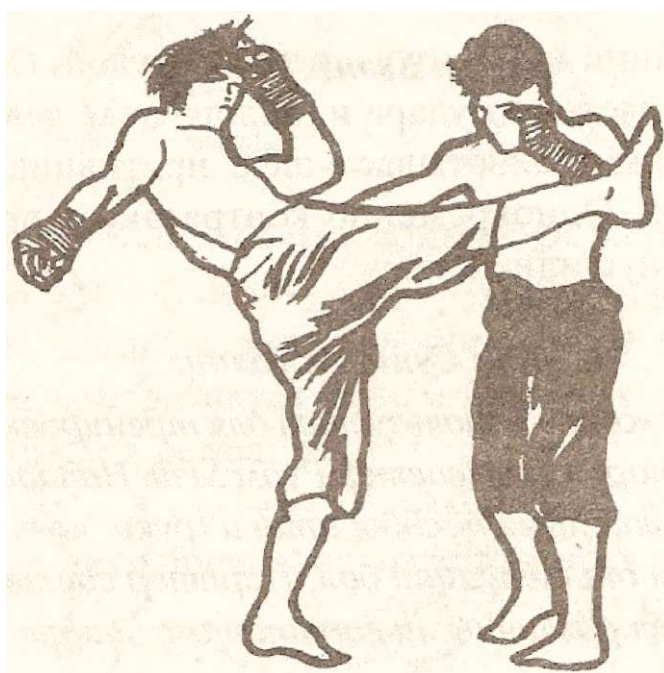
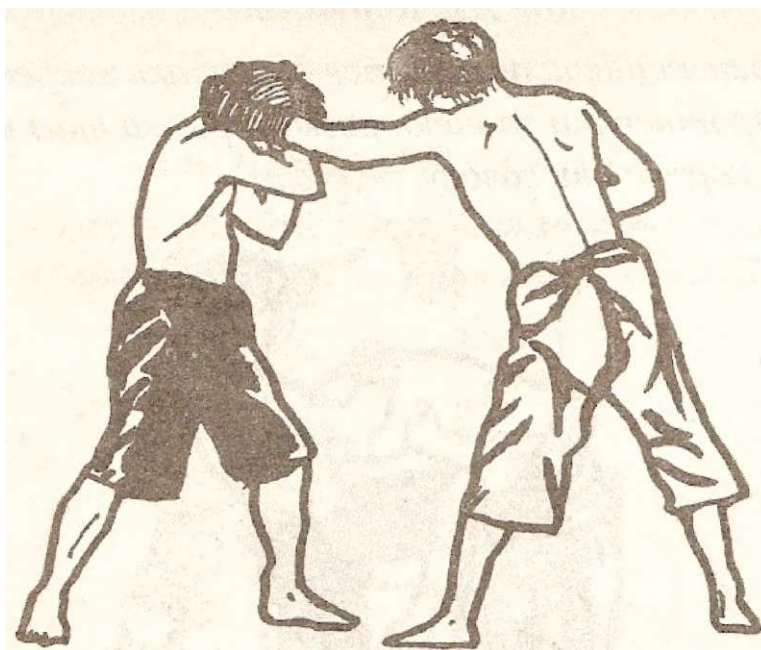
.

.

-

,

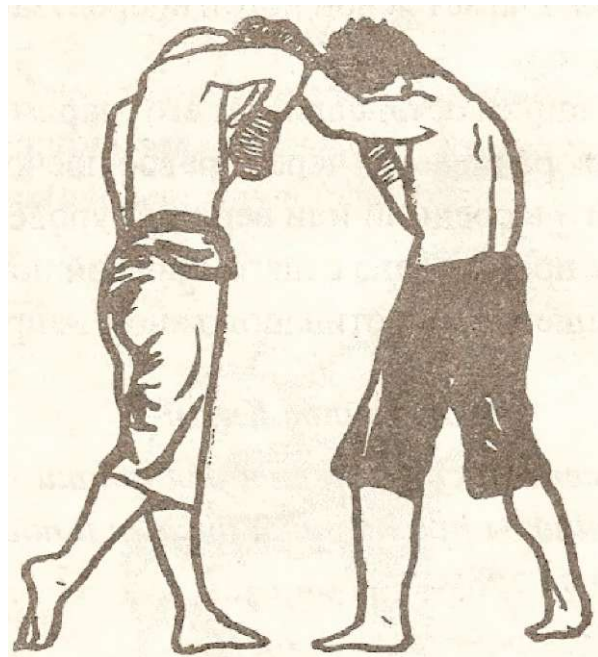
.



« - »

-

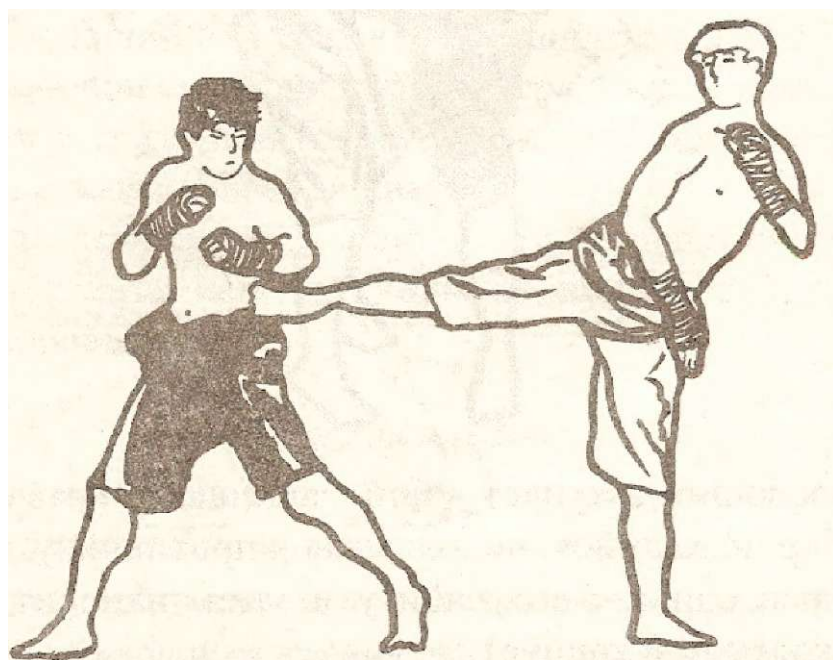
.



,

,

.



« - »

.

,

-

.

,

-

.

,

,

,

.

.



,

-

.

,

,

-

,

.

« - »

, -

, , .

.



, .

,

,

.

,

, , , -

.

-

.

, -

. -



, ,
.



« - »

-

.

-

,

,

.

-

,

.

-

,

.



,

.

-

.

-

-

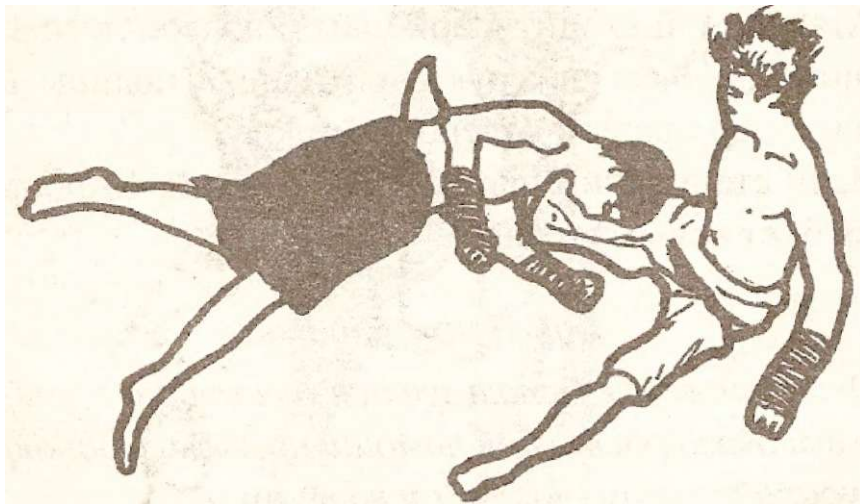
.

.

-

.

« - »



, -
,

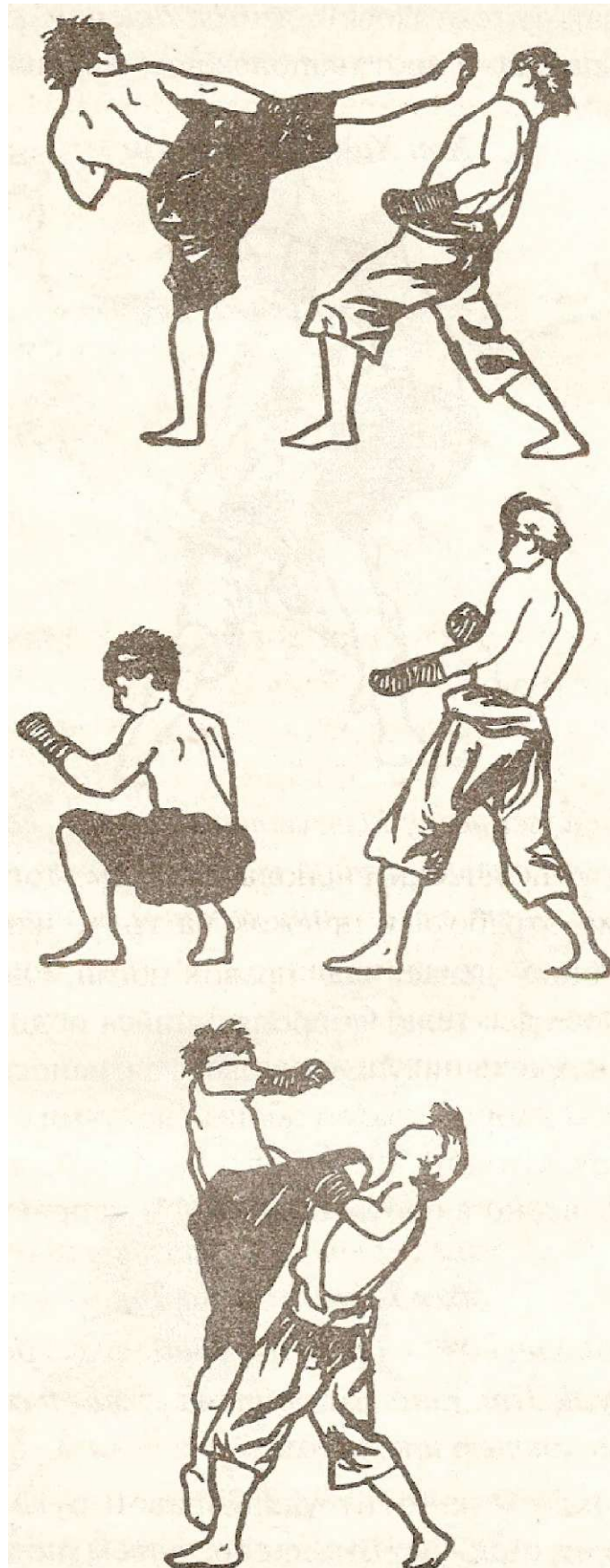
,

,

!

(),

(),



« - »

, ,

, .



, -

, , .

, -

. -

, , -

, .

, ,

, .

-

. -

. .

.

,

« - »

-

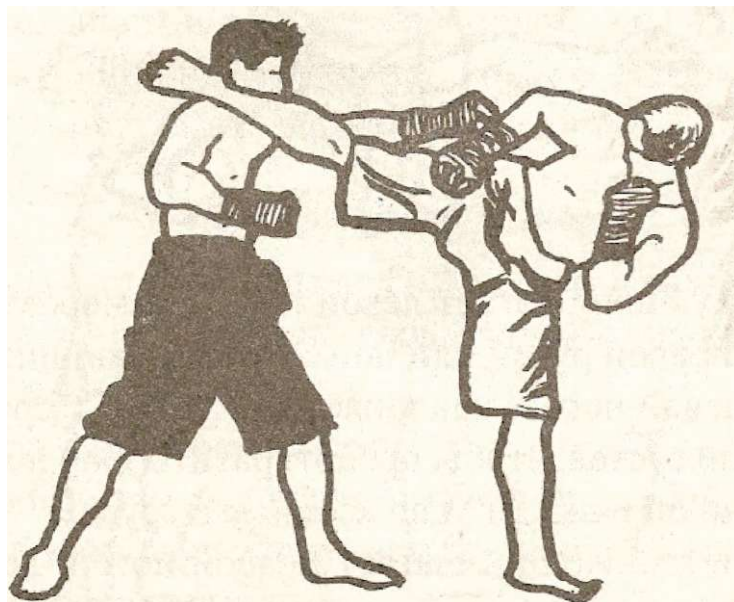


, , -

, .

()

.



« - »

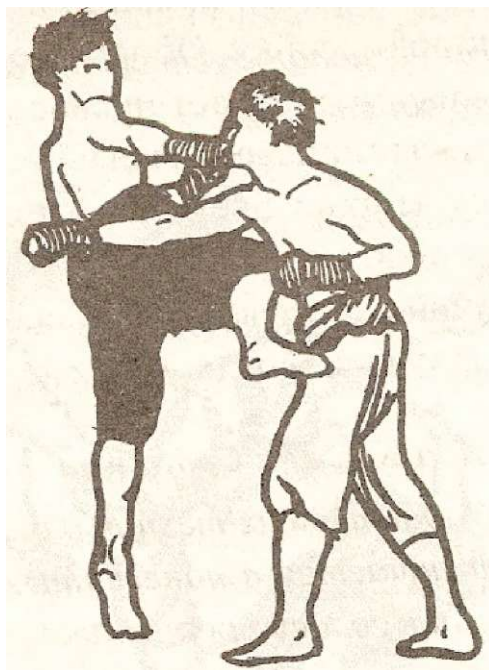
· -
· , ,
· -
·
·
· , ,
· ,
·
·

« »

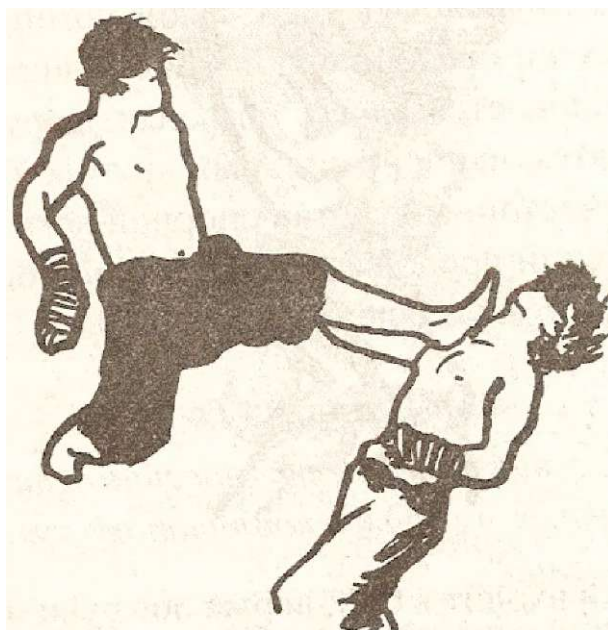




« - »



, , -
, .



, -
.
.



« - »



· , -

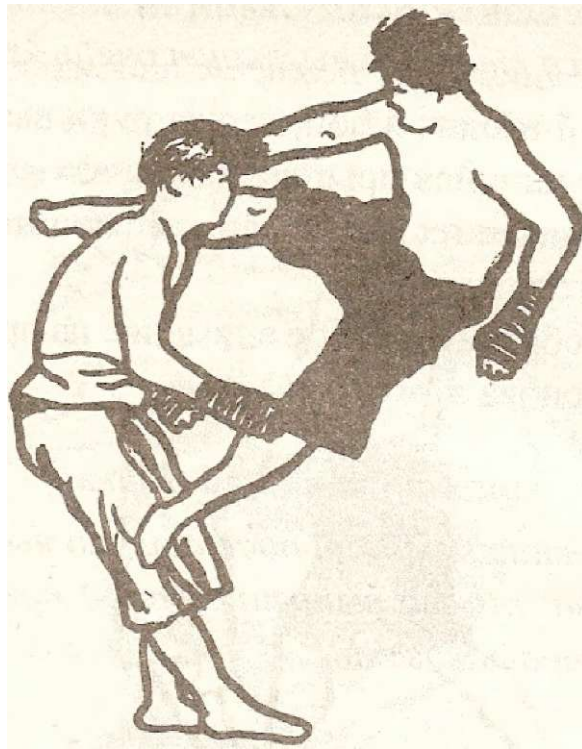
· , -
· ,

·

« » -

· -

· , -
· ,
· ,



« - »

Ию .

,

,

.

,

,

.

:

.

:



,

,

.

,

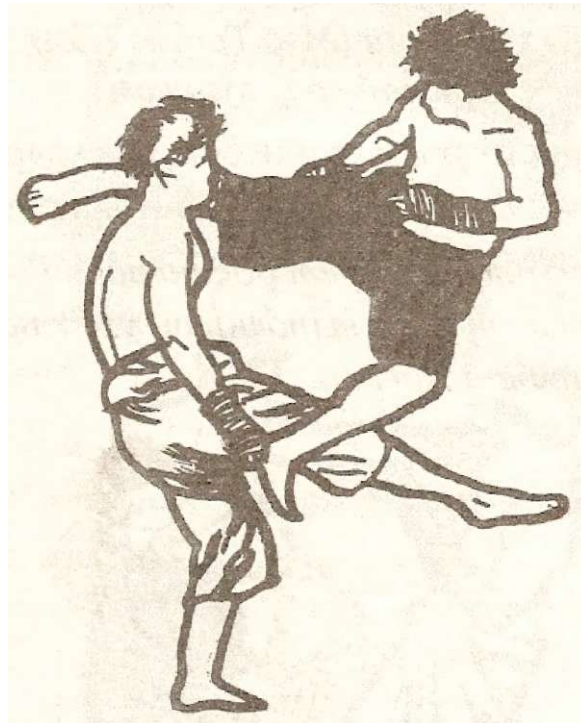
,

,

.

« - »

, - .



. - , - -

. , , - , , .

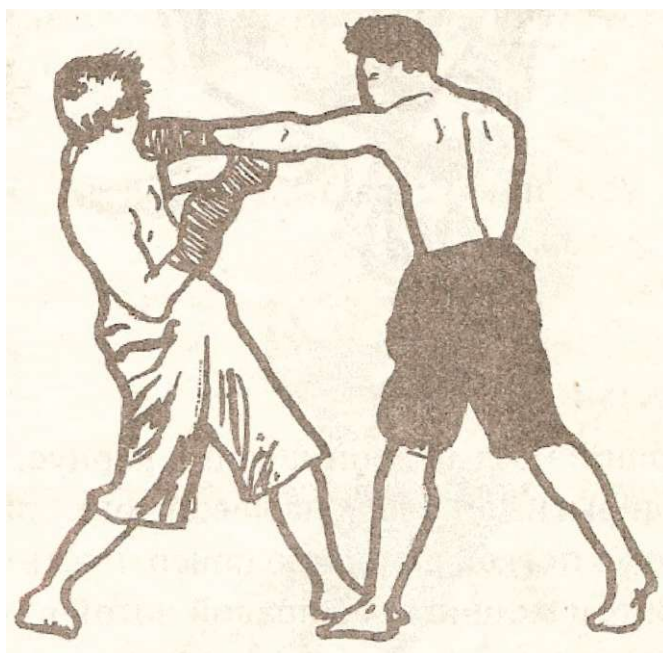
- , , .
(«4 »): — 15 —
; - 15 -

« - »

, ;
- 11 - ; - 24 -
.

-
()

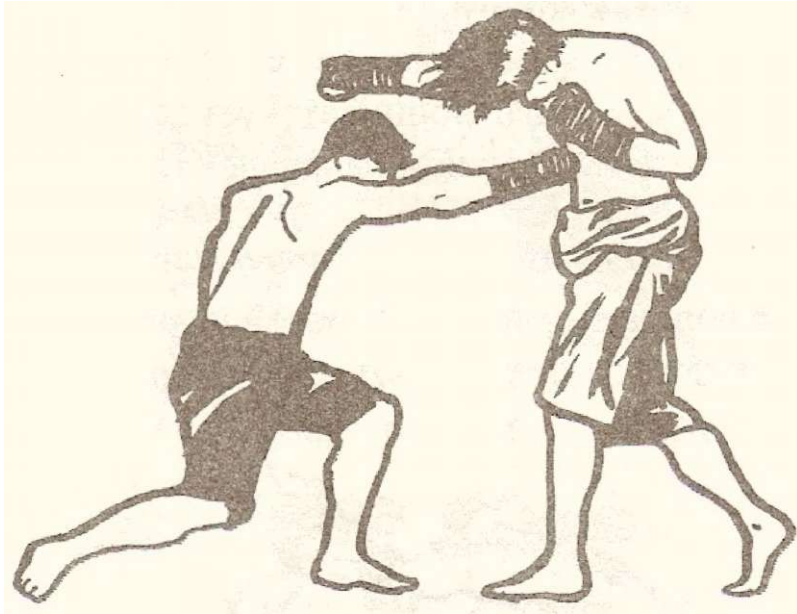
, - .
,



: ;
.
:
.

()

, -
,

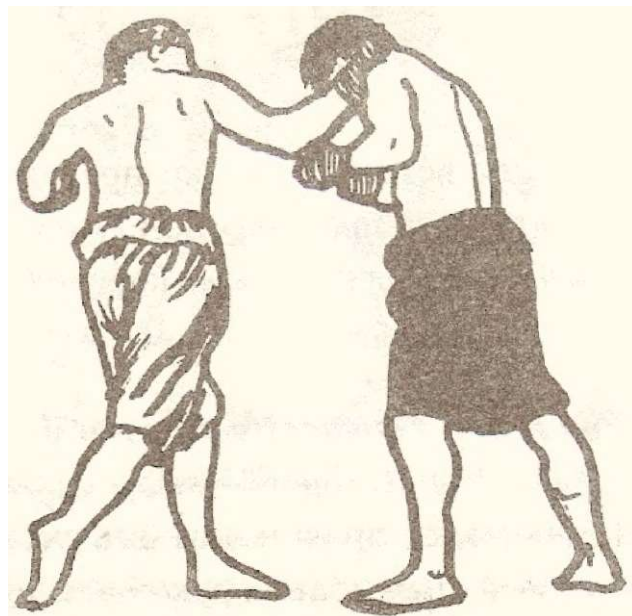


:

:

,

()



« - »

,

:

:

-

-

,

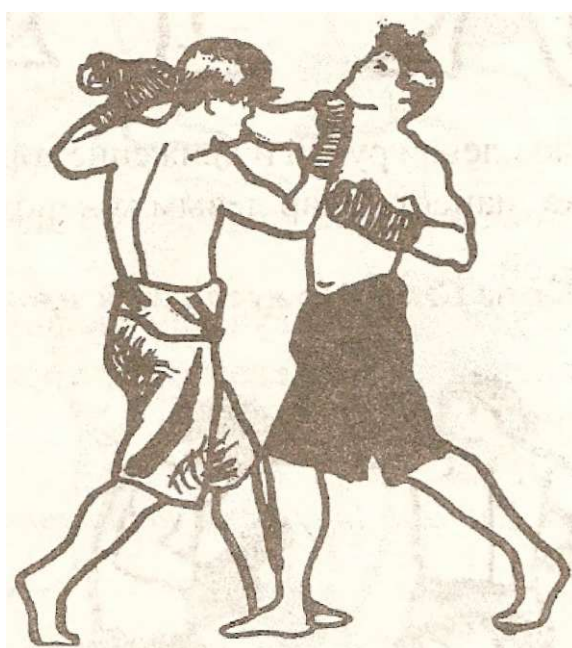
.

()

-

.

.



:

-

.

:

-

,

.

,

.

()

,

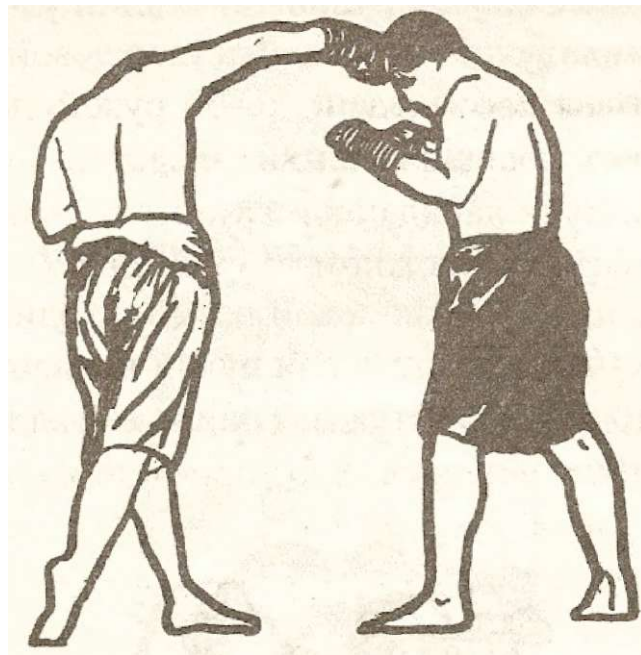
,

-

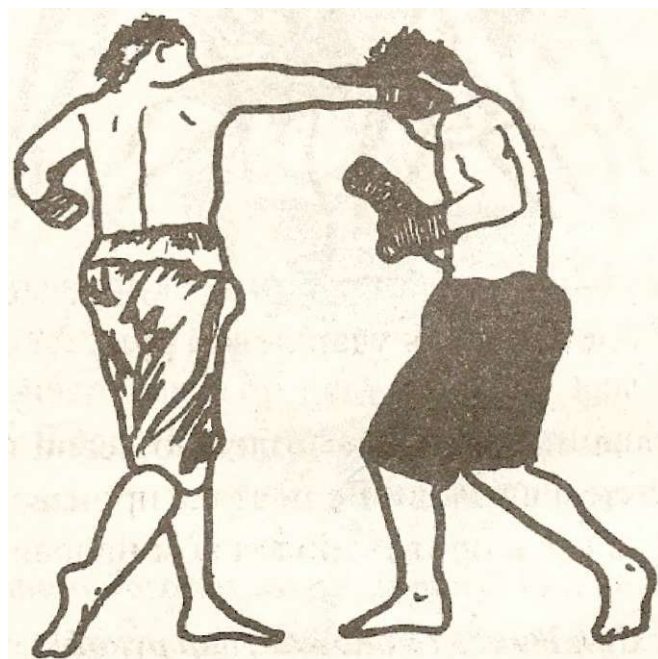
,

.

.



:
:
(« »)



-
-
.
,

« - »

:

:

-

.

,

.

()

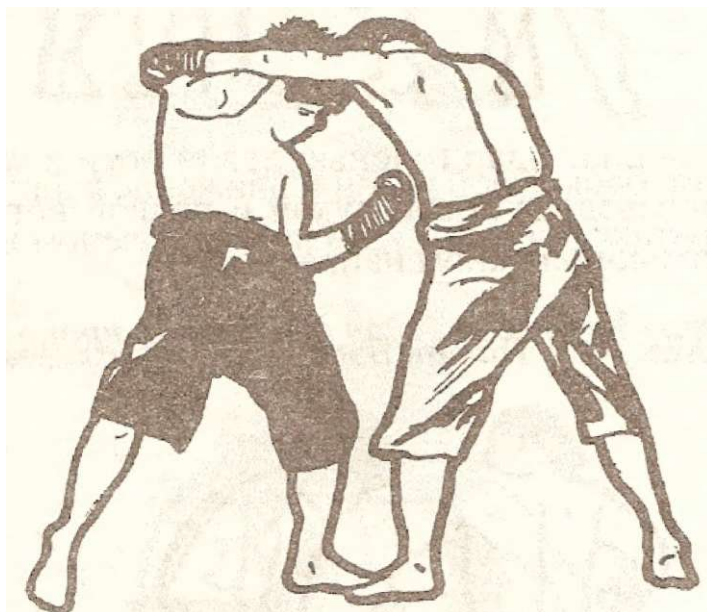
,

,

.

-

.



:

.

:

.

-

,

.

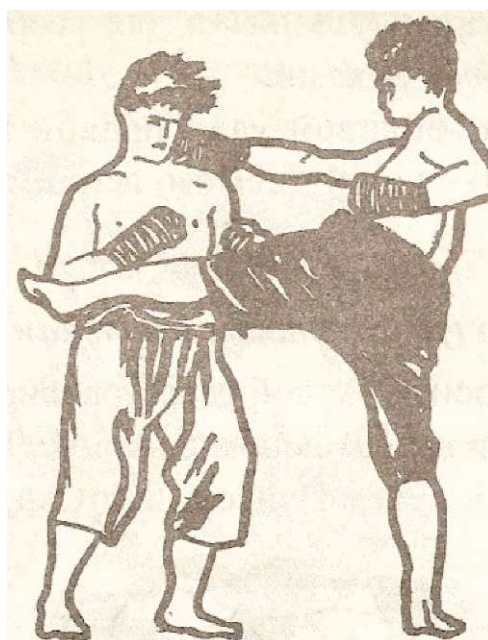
()

.

.

:

.



: . ,

()



- . , .

« - »

: ,

.

:

,

.

()

.

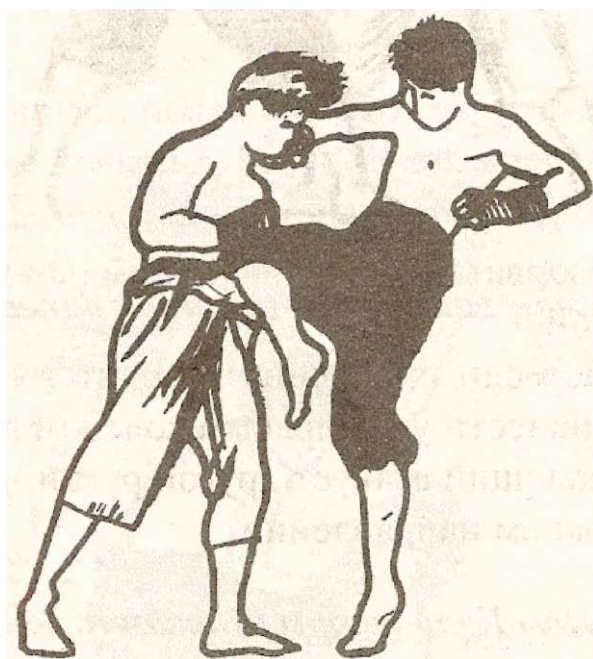
-

,

,

-

.



:

.

:

.

,

ce

.

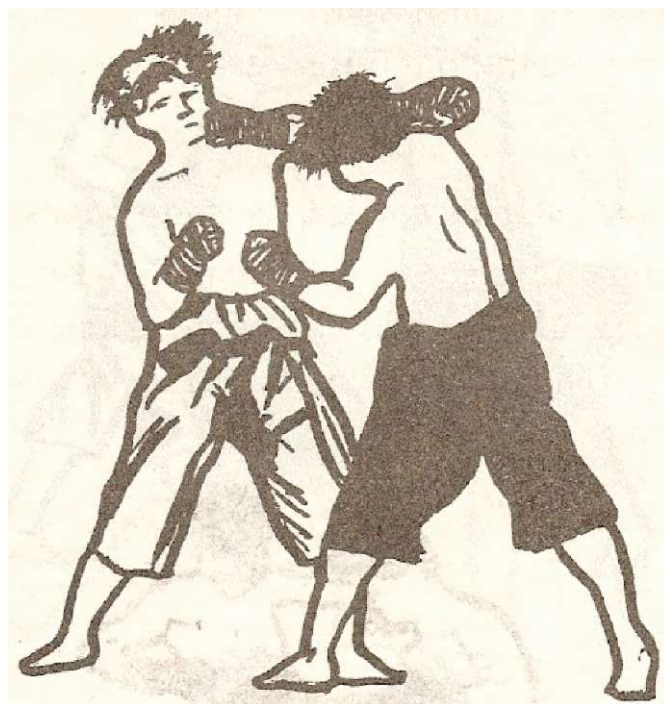
()

,

« - »

. -

.



:

.

:

,

.

,

.

()

,

-

. ,

,

,

,

.

-

,

.

:

.

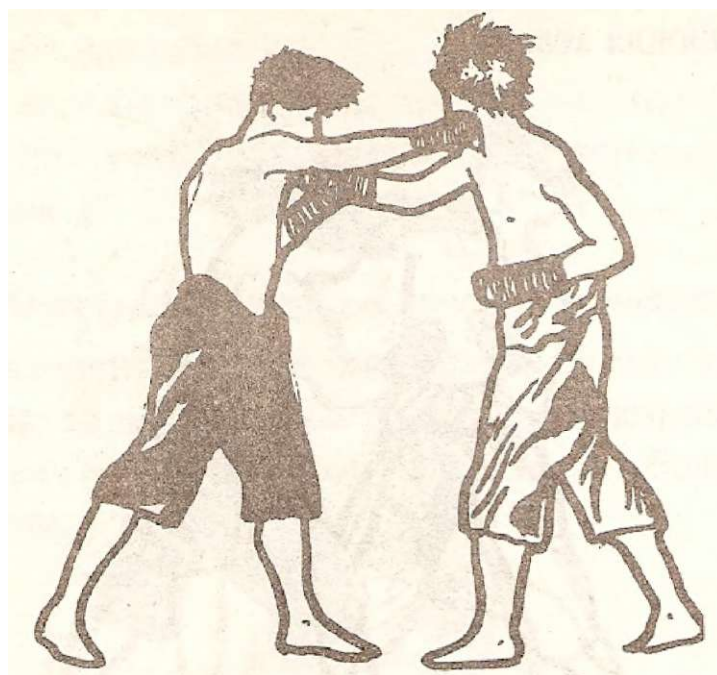
:

-

.

,

.



()

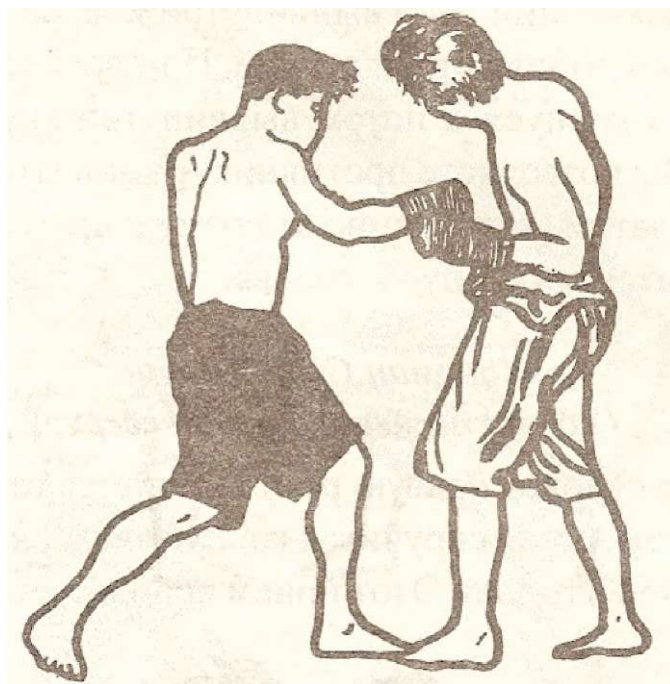
,

.

-

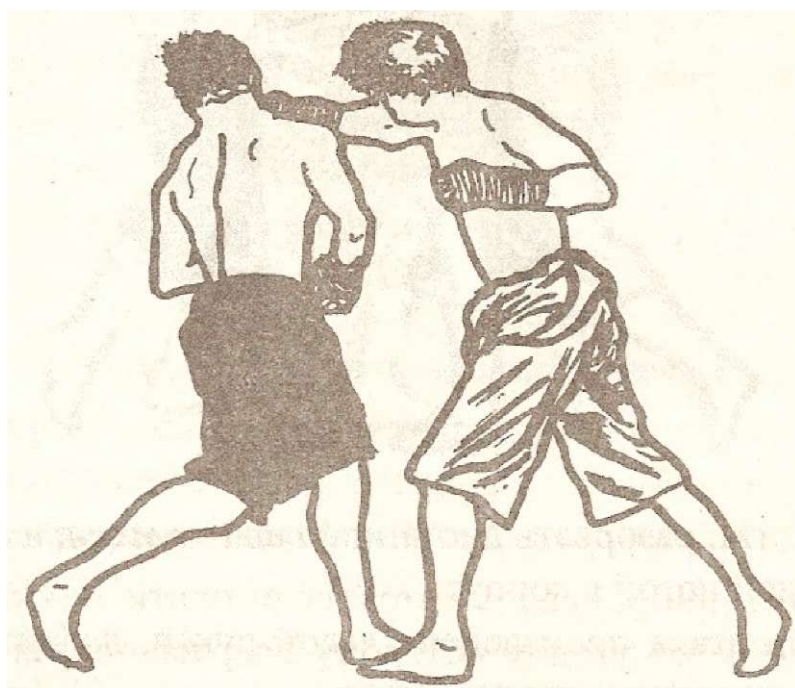
.

: -



: -

()

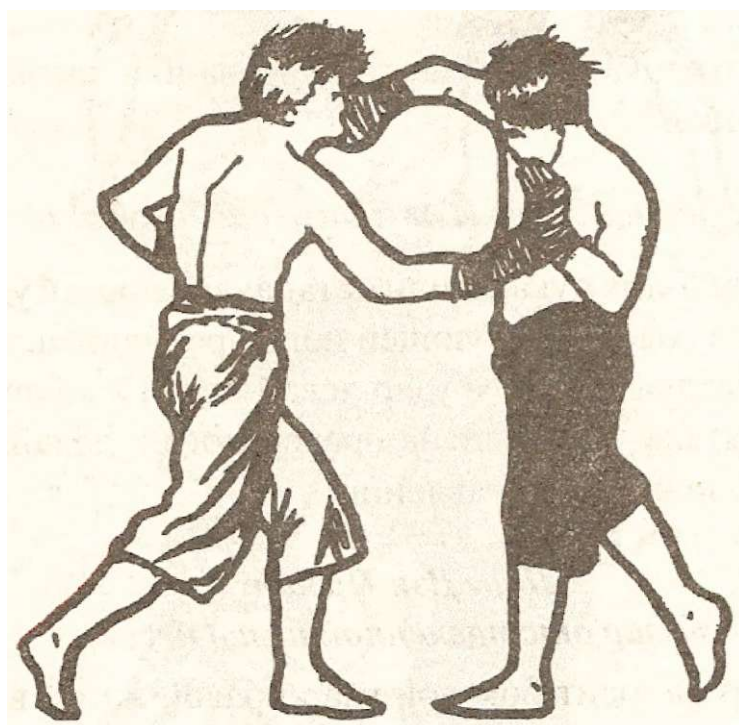


« - »

， . -
， -
， . -
， . -
- . -

()

，
· ，
·

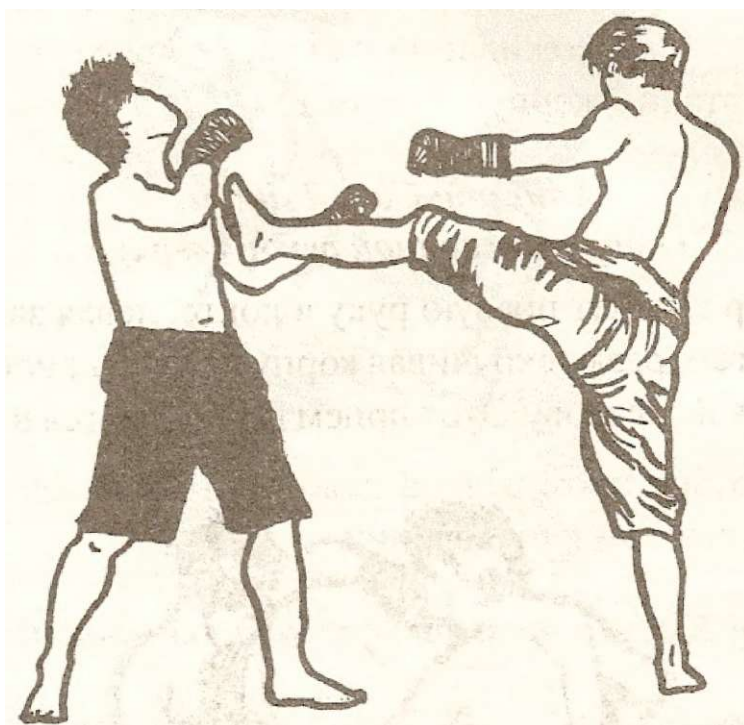


·
·
，
·

« - »

(15) -

()



:

-

:

,

()

,

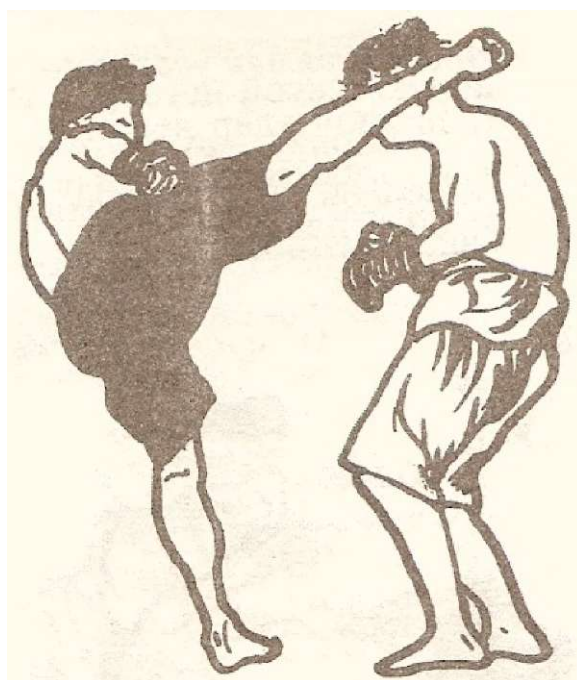
-

:

:

,

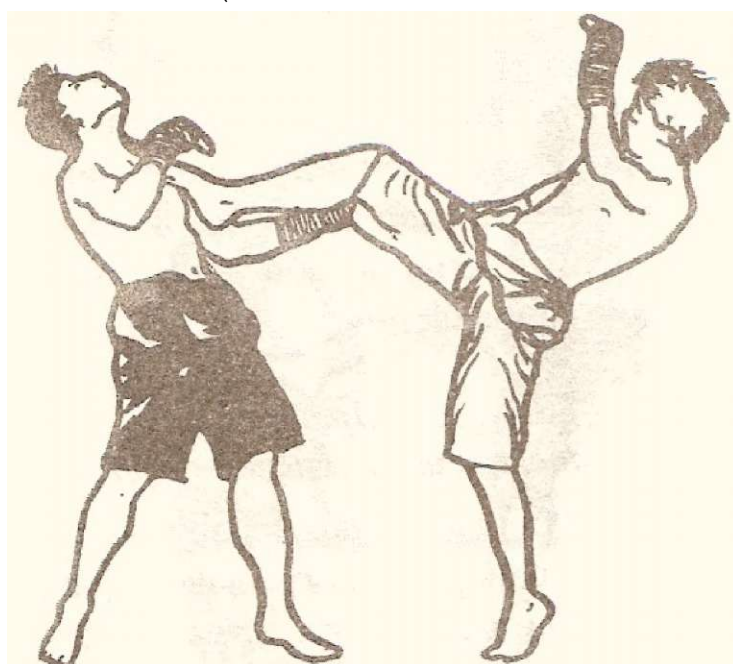
-



,

.

()



-

.

« - »

: , -

.

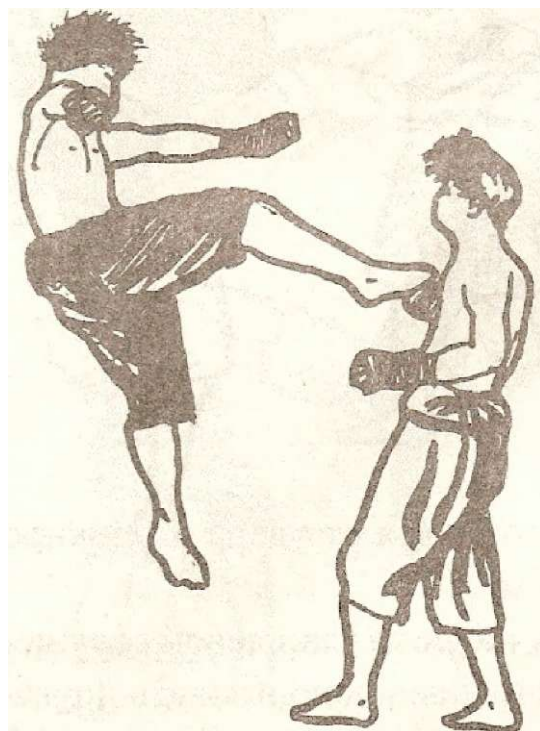
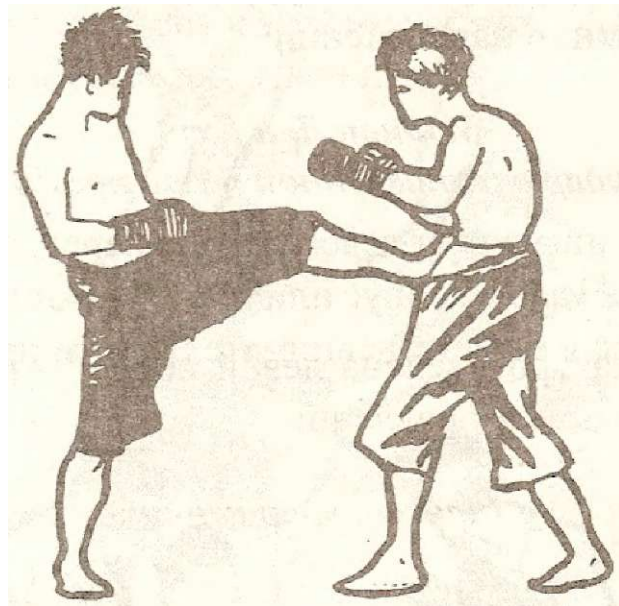
:

,

,

.

()



« - »

, -
.

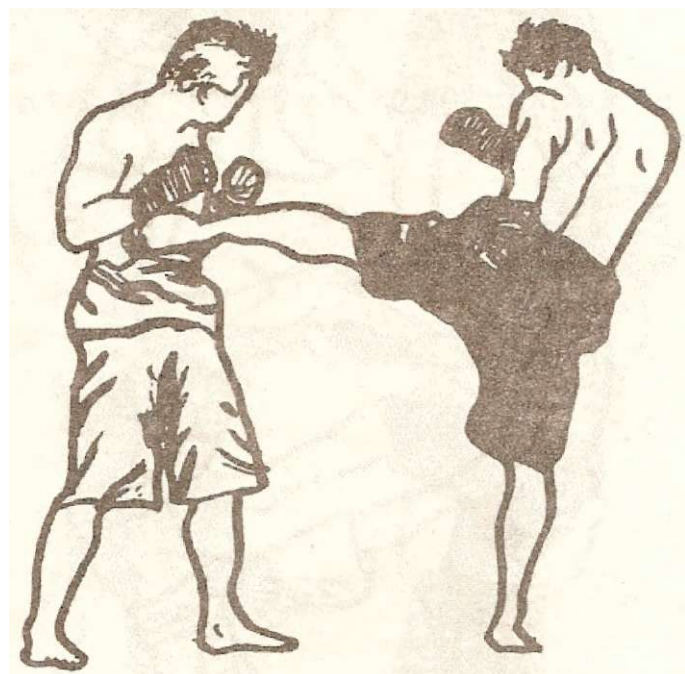
, , .
:
:
.

,

.

()

, -
.
.



:
.
:
.

« - »

,

.

(: , ,)

,

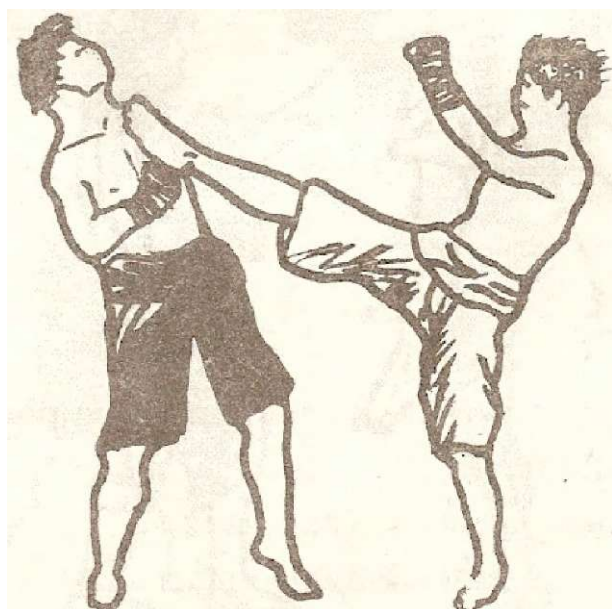
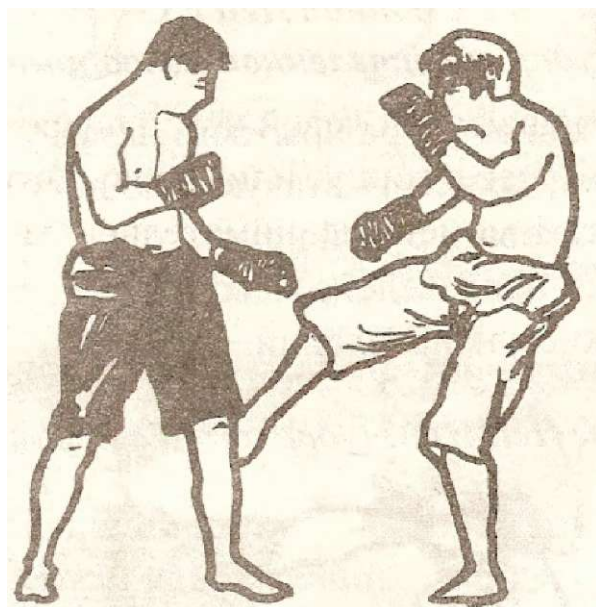
,

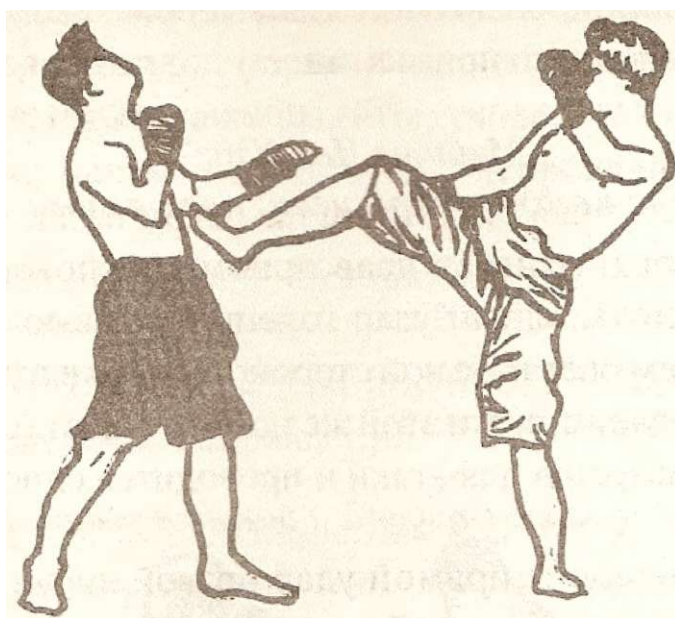
.

,

.

.

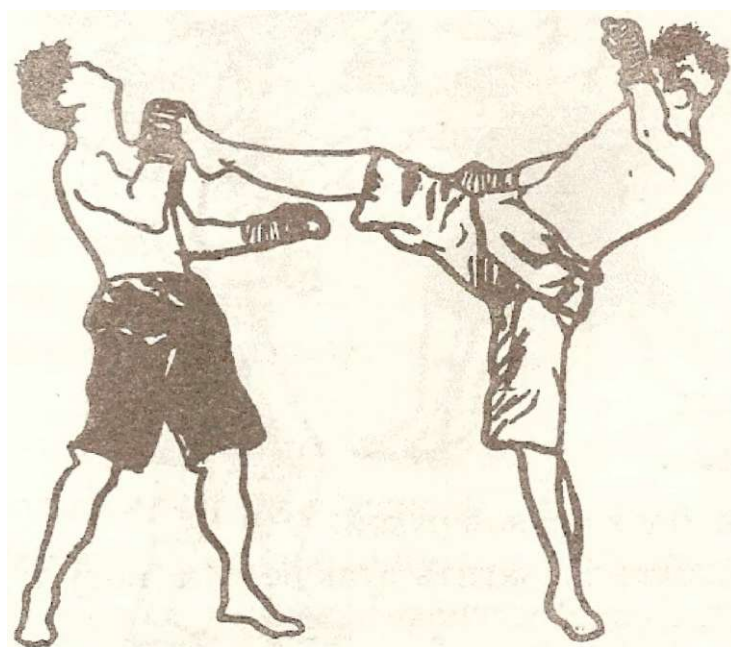


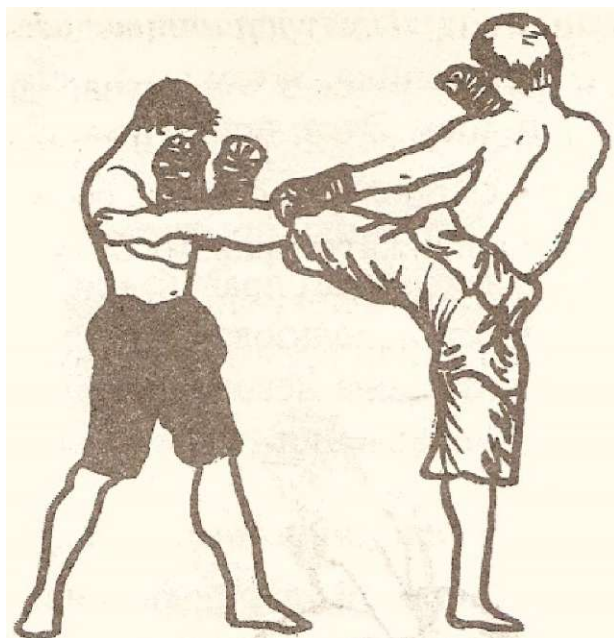


: .
:
,
,
.

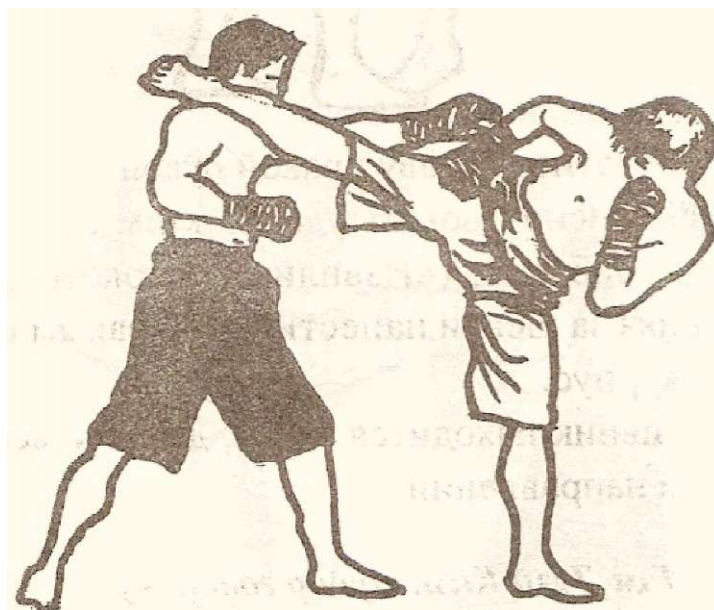
()







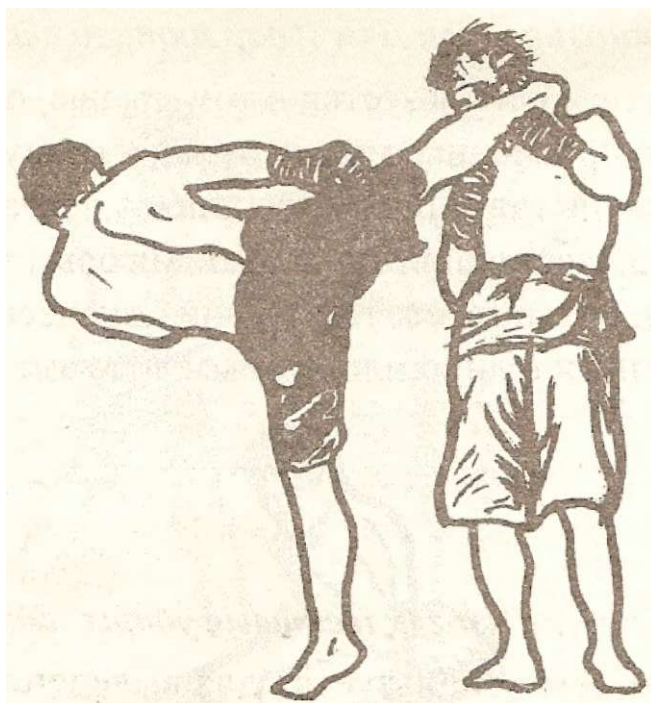
()



« - »
 ()
 , -
 (-
 -
 , -
 -
 .



:
 :
 (« »). -
 .
 , -
 ()
 2.2.2
 ,
 .



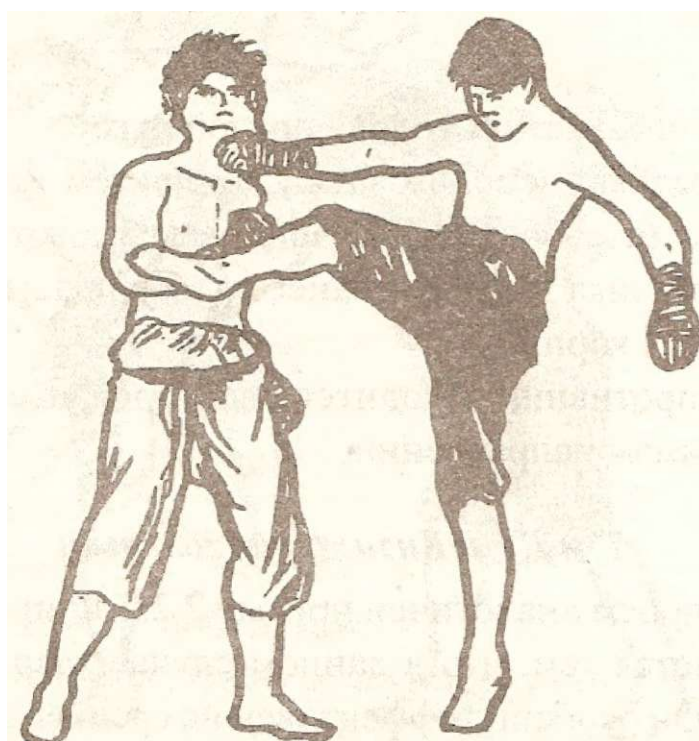
:

:

,

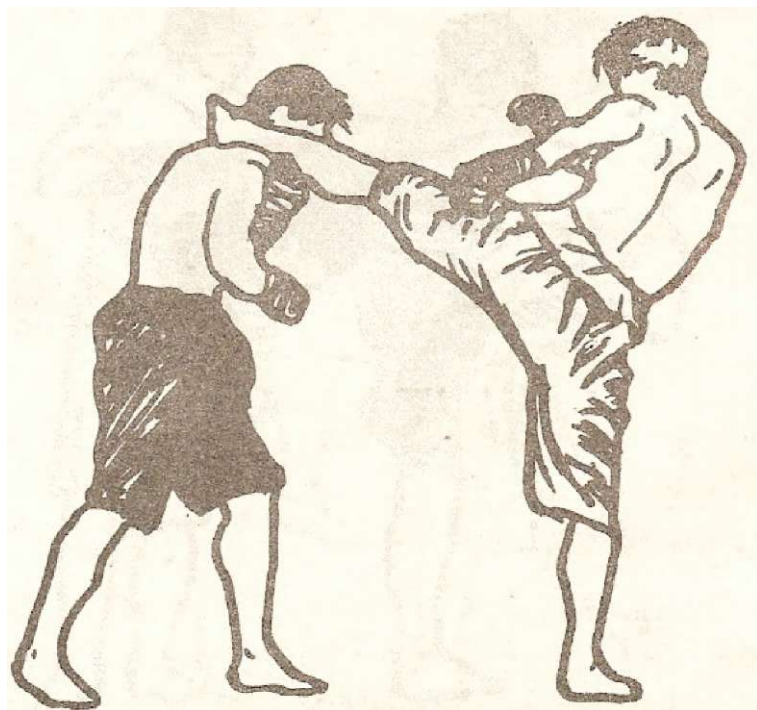
(

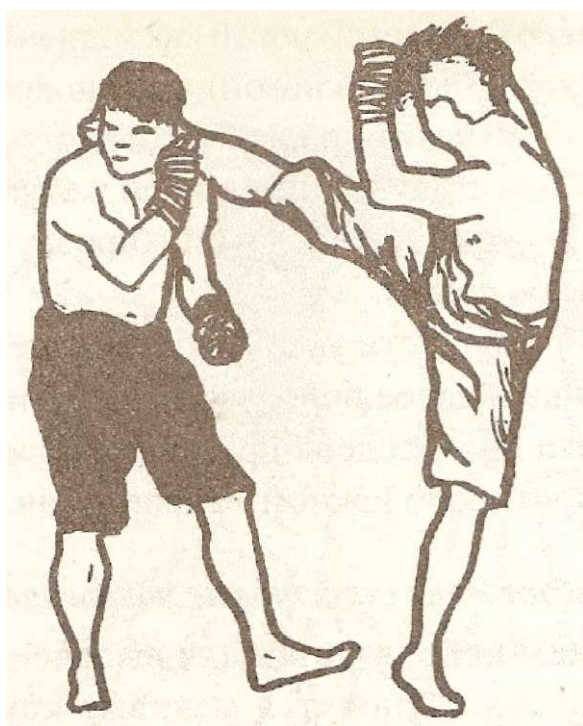
)



«Mya - »

(), -
.
, .
:
, - .
:
-
, -
.
()
-
.
—
-
-
:
.
:





()

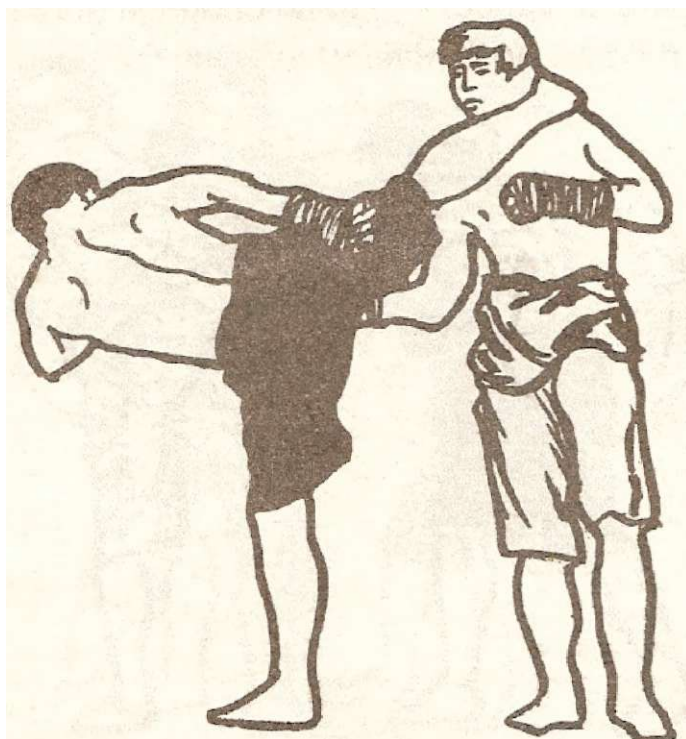
().

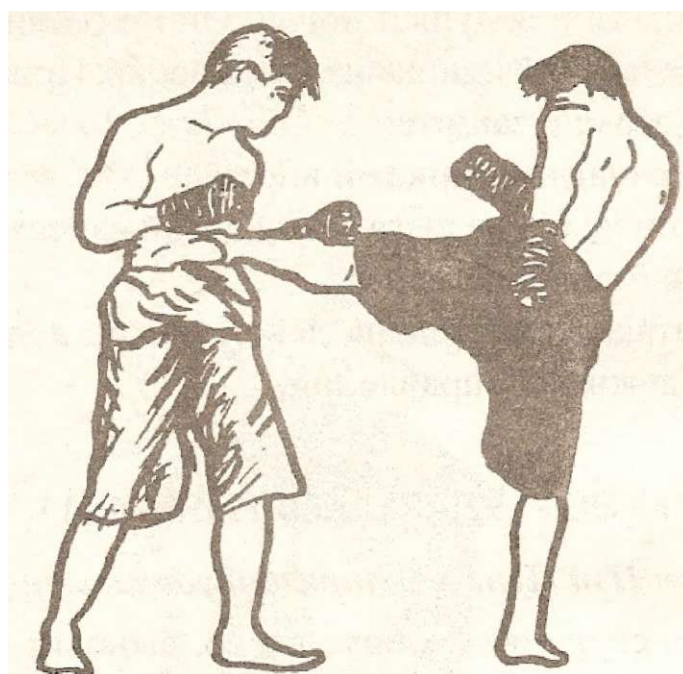
,

.

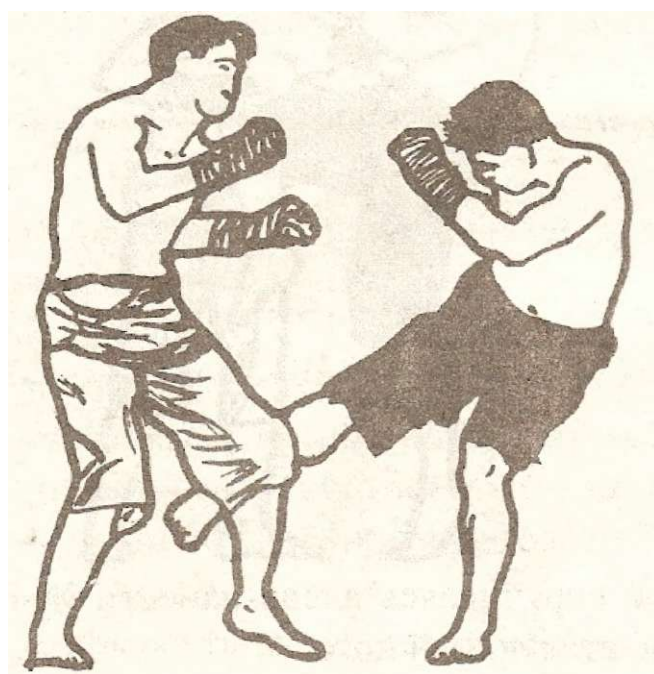
-

-





: , - .
:
(-)



, -

ЧЕНГ КХЭО - УДАРЫ КОЛЕНЯМИ (11 ЧЕНГ)

()



«Mya - »

()



:

.

:

-

.

,

.

()

,

-

.

.

.

:

,

-

.

:

-

,

.

«Mya

-

»



(

)

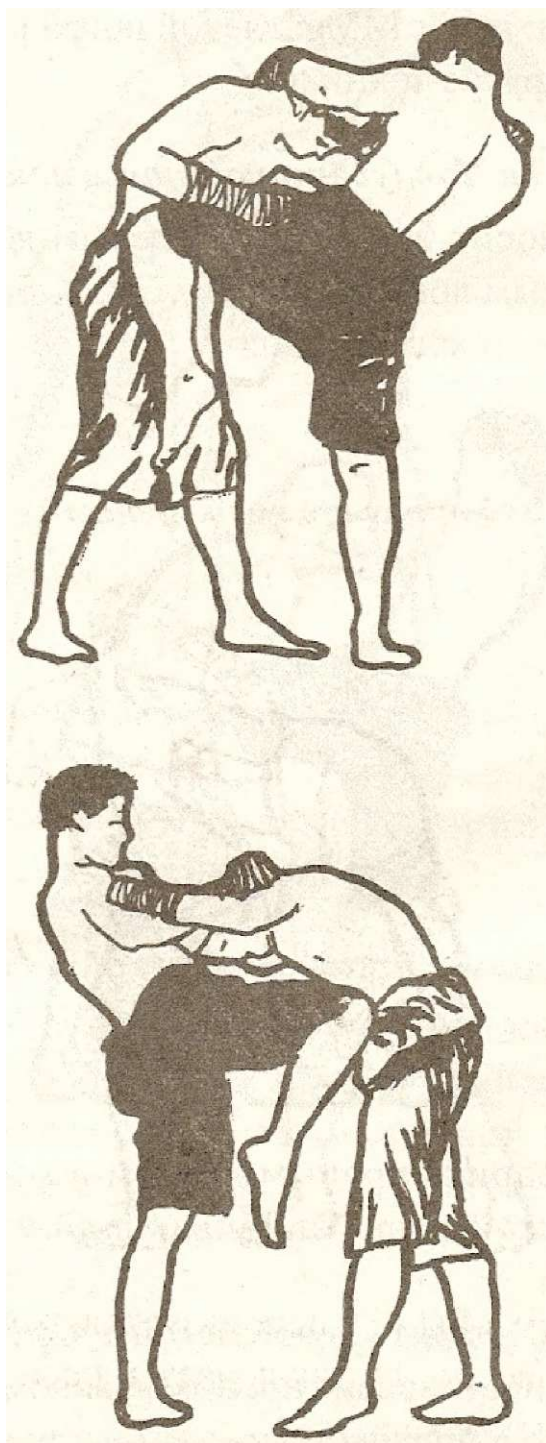


,

.

.

: ,
.
:
()



«Mya

-

»

-

,

,

-

.

.

:

,

.

:

,

.

(

)

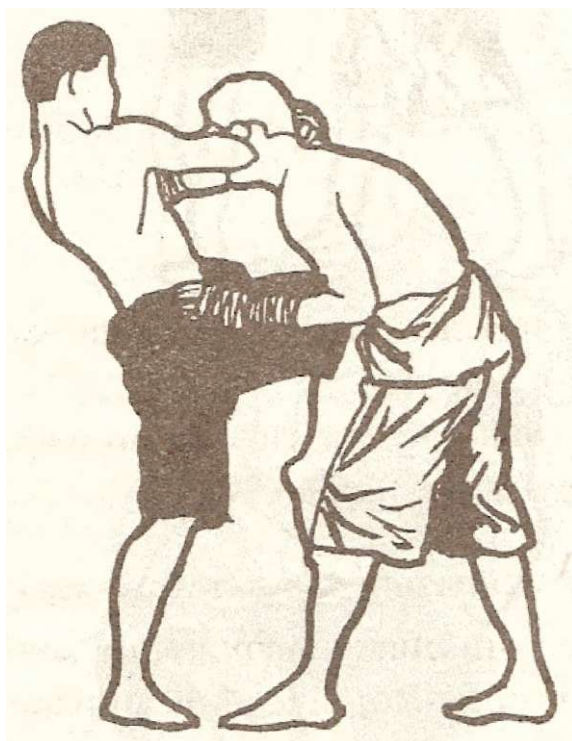
-

,

.

-

.



:

-

,

-

.

.

:

-

.

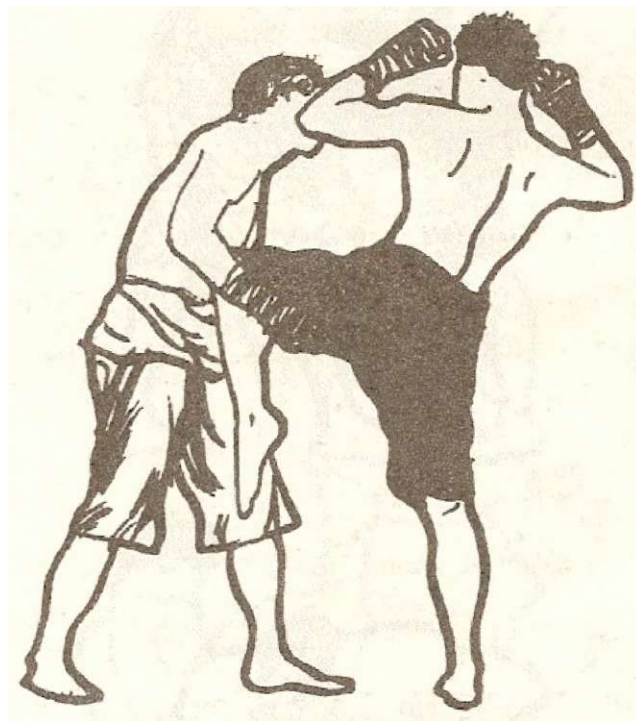
.

«Mya - »

()

-

.



: ,

.

: ,

.

()

-

.

-

:

-

, ,

-

,

-

.

:

.

:

-

.

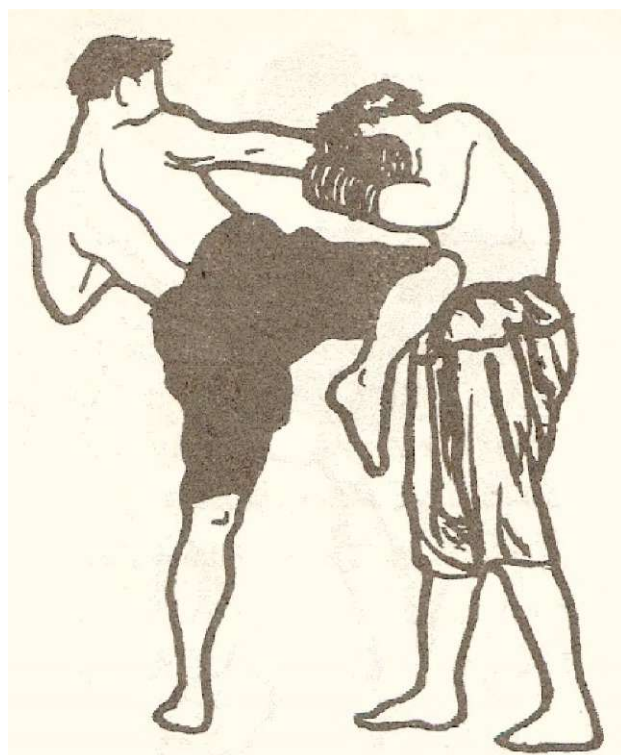


()

-

-


$$(\quad)$$



«*Mya* - »

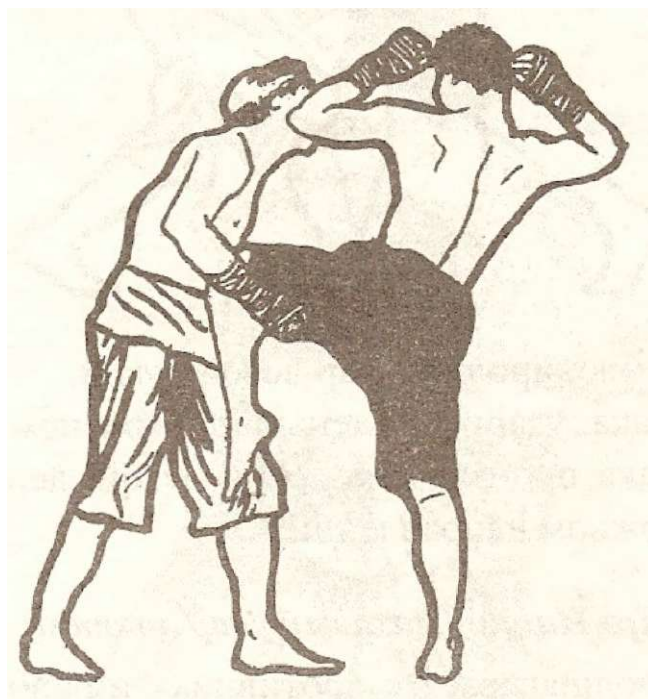
· -
, -
·
:
,
():
· -
· -
, , ·

ЧЕНГ СОК - УДАРЫ ЛОКТЯМИ

()

,

·



:

:

-

-

·

«Mya

-

»

,

.

(

)

,

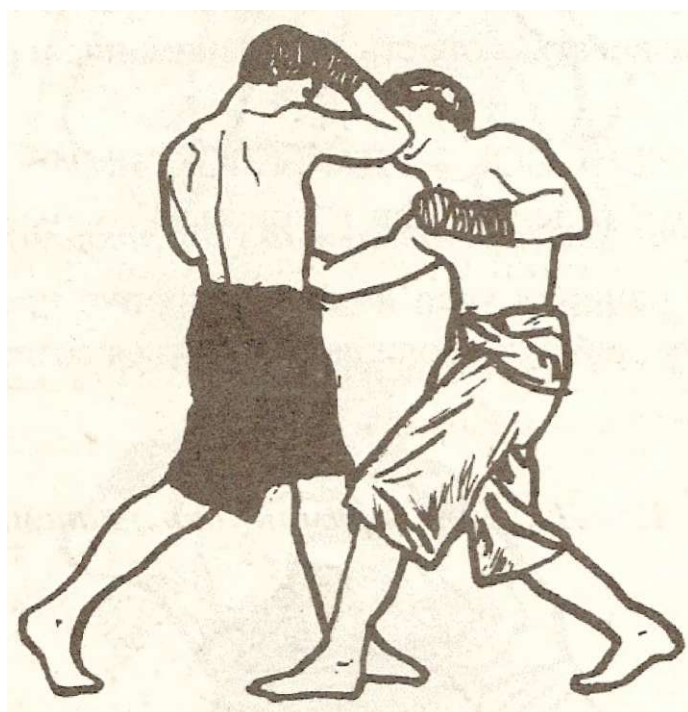
.

.

-

,

.



:

.

:

.

,

.

(

)

-

,

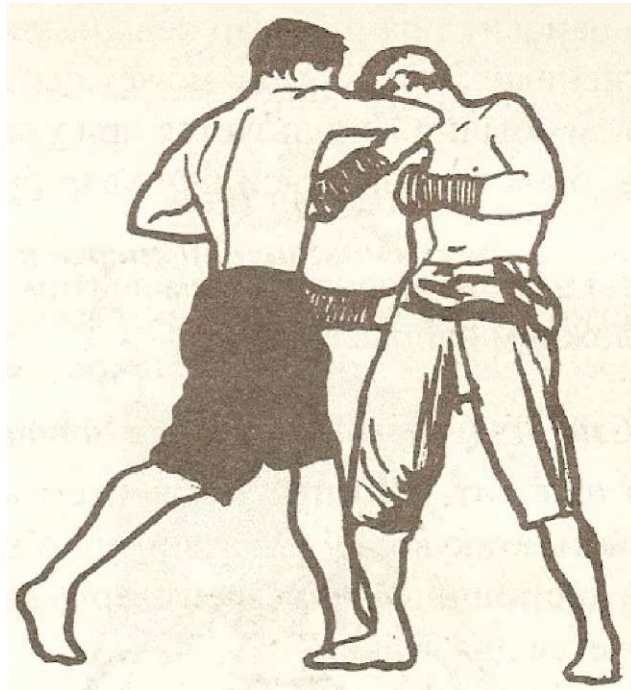
.

-

.

:

.



(

):

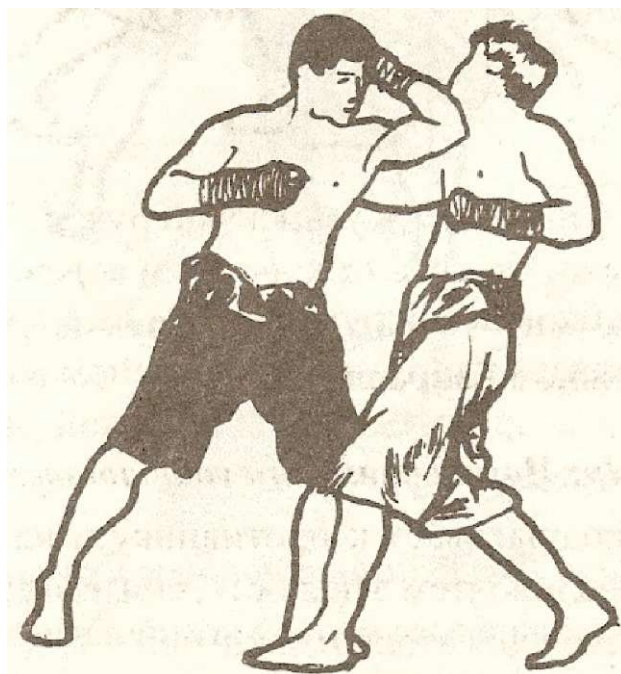
-

,

.

(

)



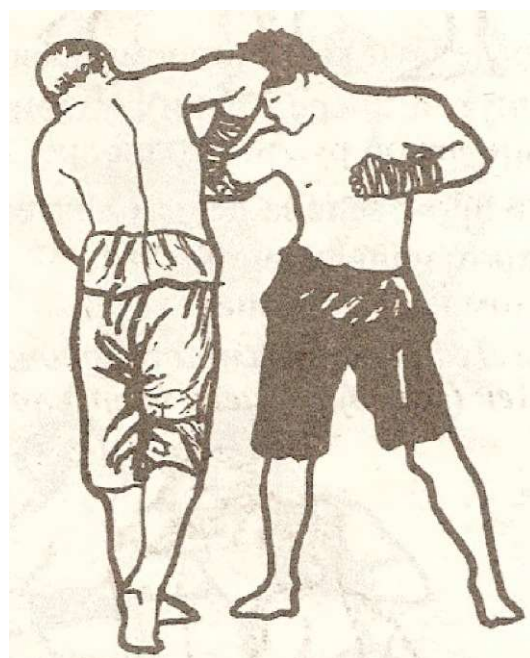
«Mya - »

·
·
·
·

,

()

().



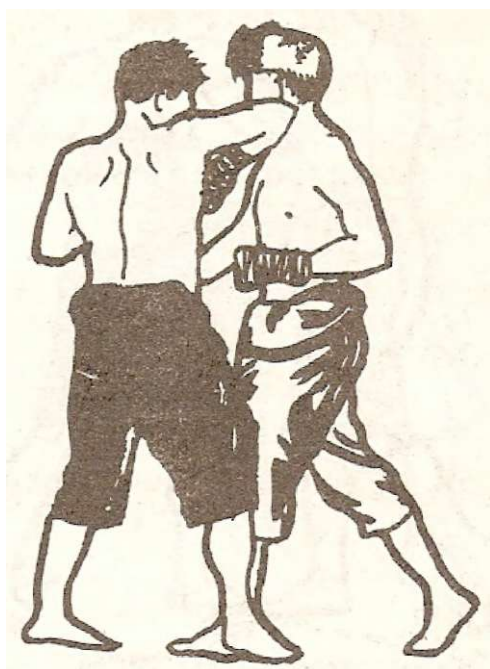
:

:

,

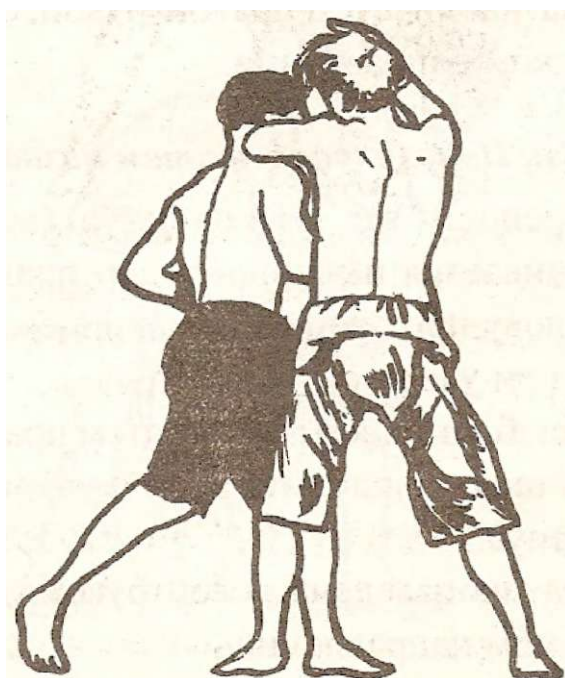
()

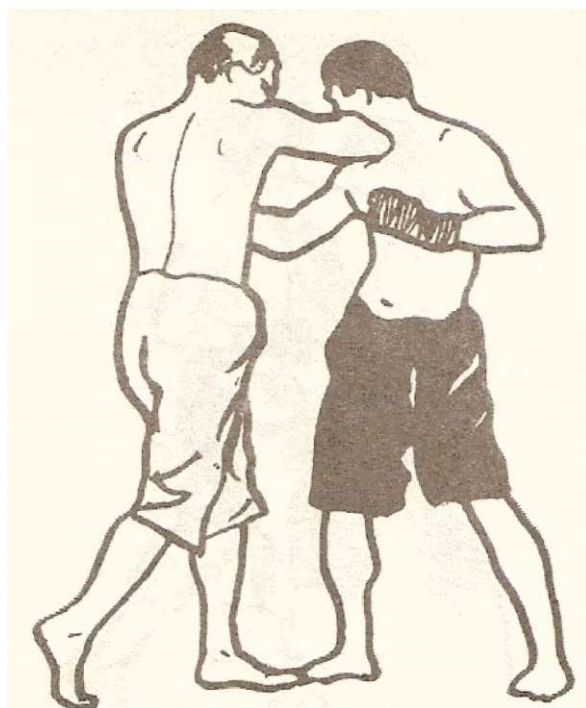
,



: , ,

()





-

,

,

,

.

.

:

,

.

:

.

,

.

(

)

(

)

,

.

.

:

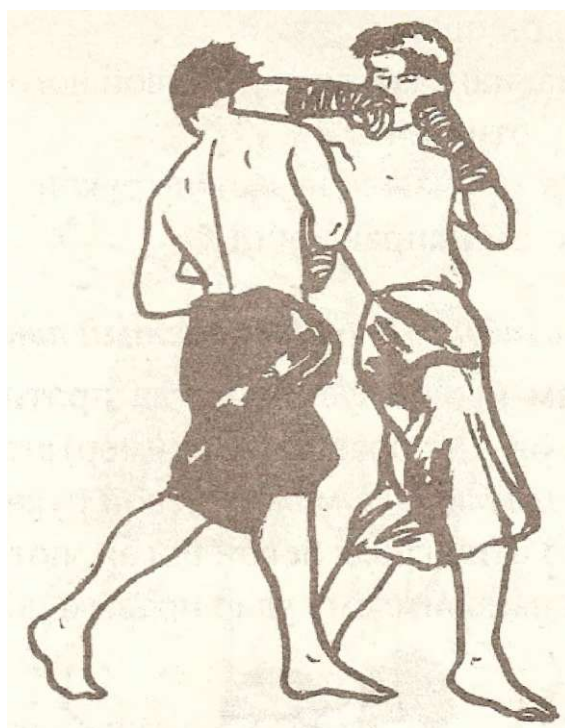
,

,

.

,

.



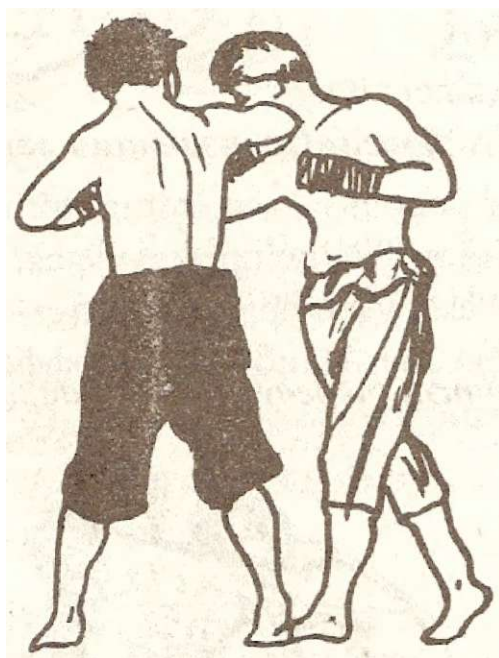
(« »)

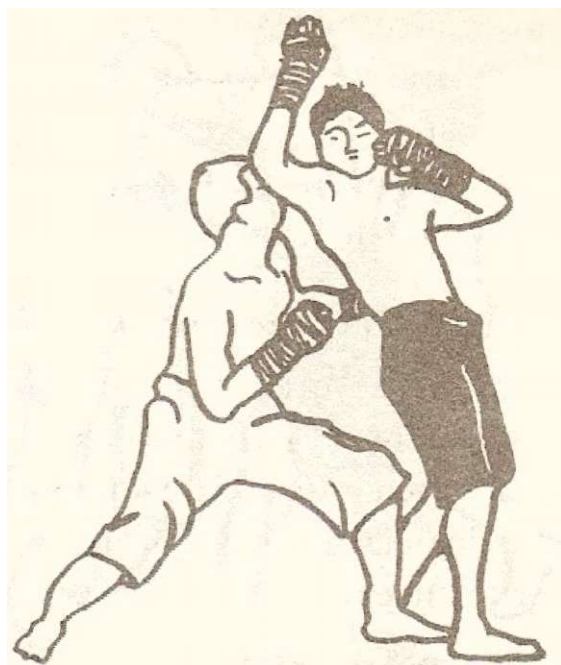
,
 , . -
 , -
 .
 .



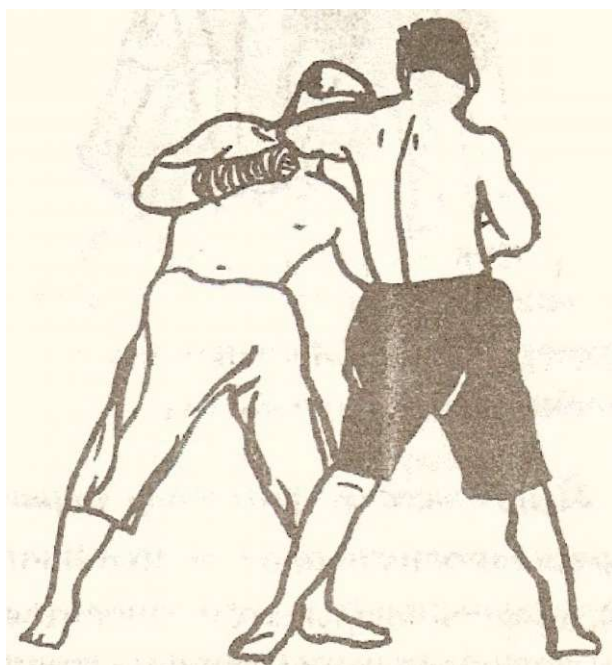
«*Mya* - »

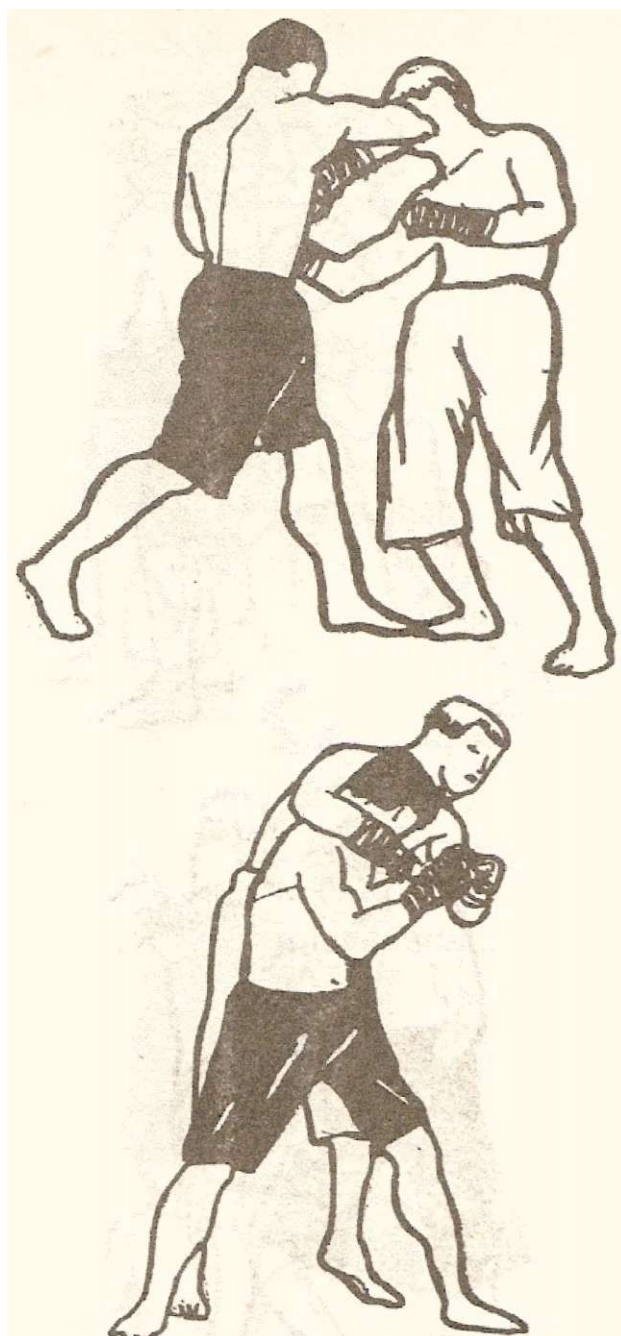
(« »)

$$\frac{1}{2} \left(\frac{1}{2} \right) = \frac{1}{4}$$




:
:
.
,
()





:

.

-

,

-

.

(

)

,

-

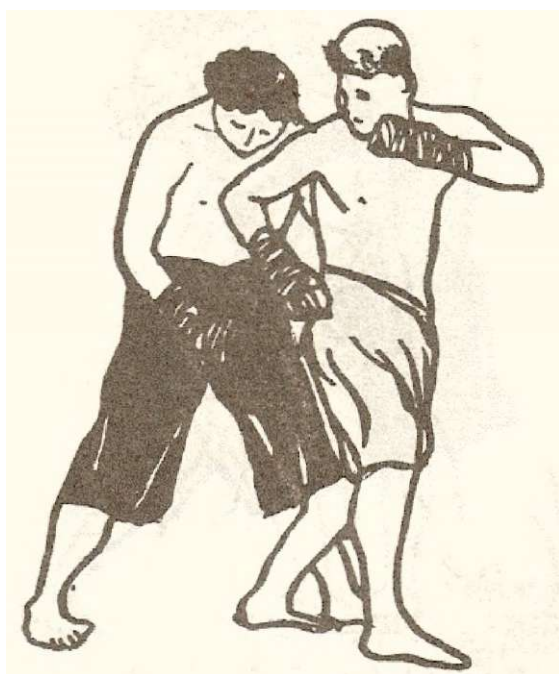
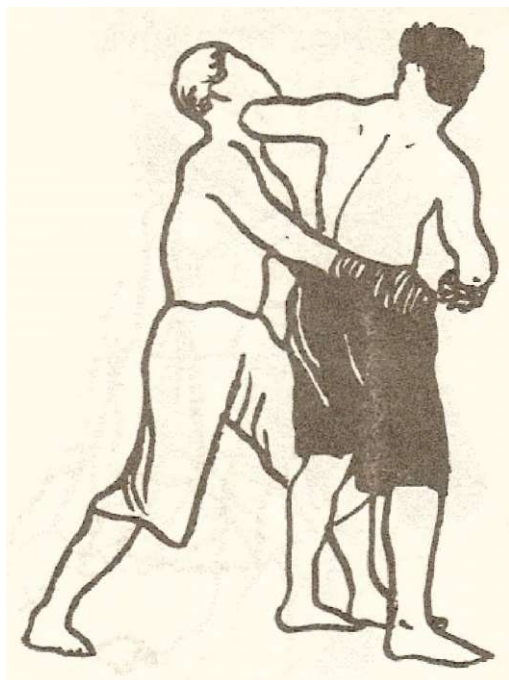
.

(

)

-

.



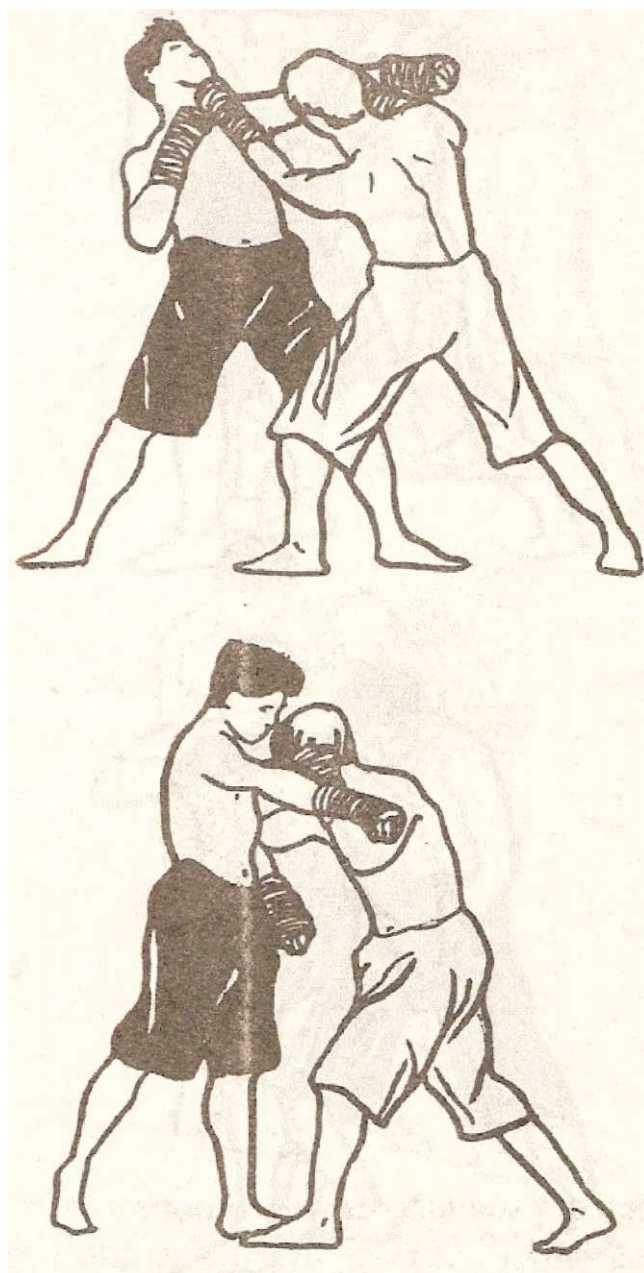
:
 : -
 ()
 ,
 .

«Mya - »

:

,

.



(

)

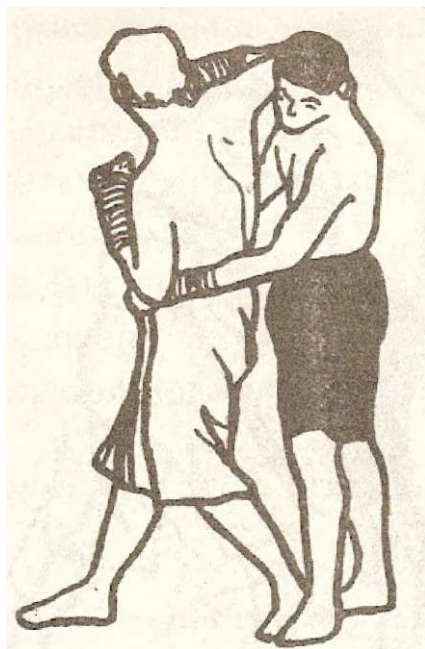
,

,

.

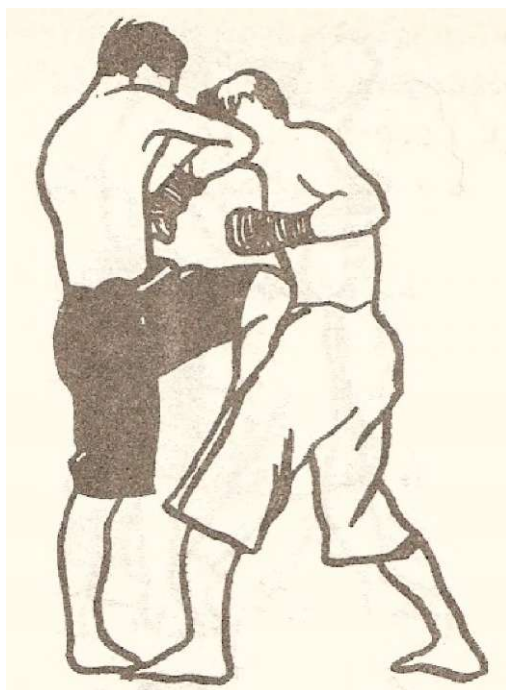
,

.

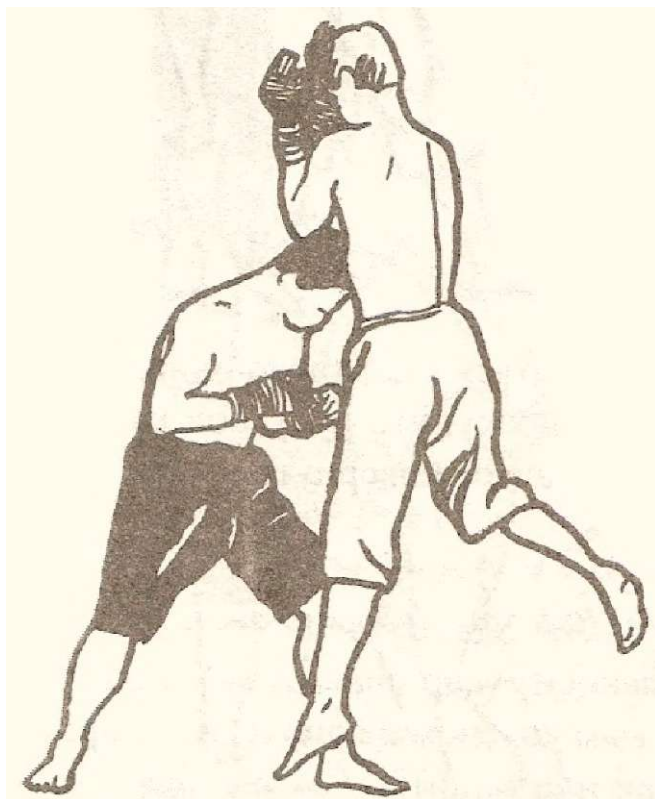


:
:
,
.
()
-
-
.

« - »

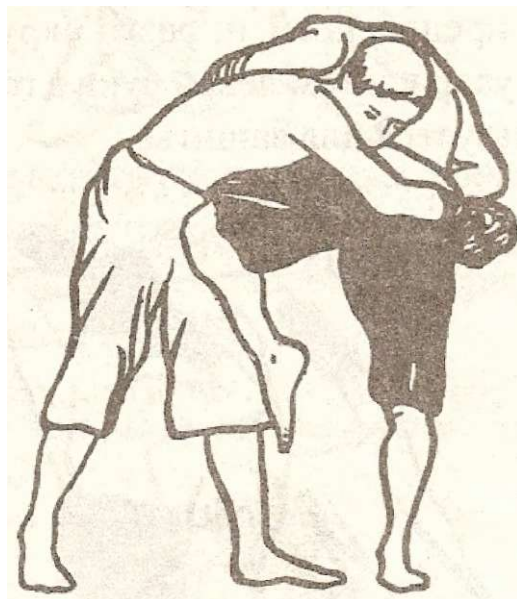


;
:
.
.
.

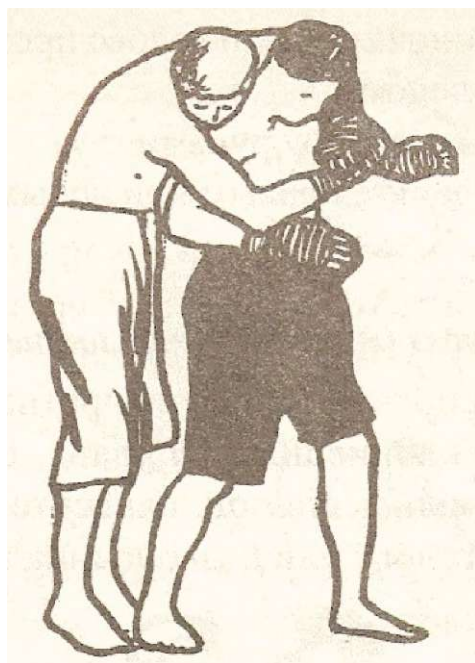


« - »

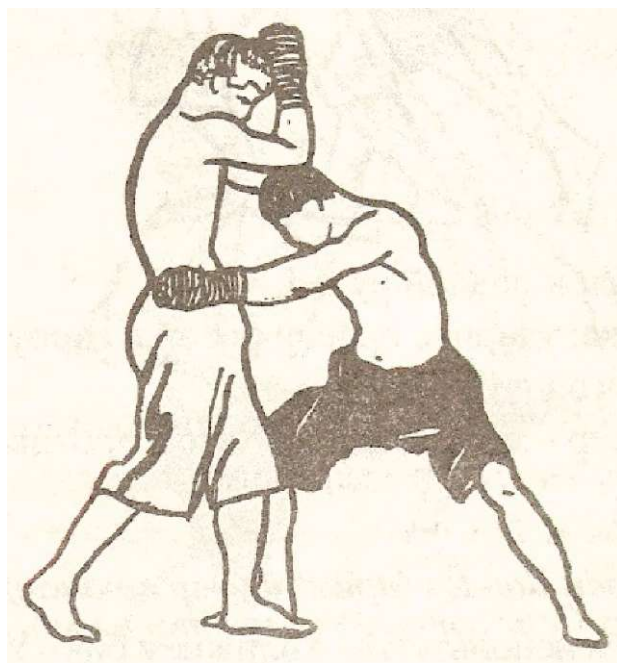
(), -
(). -
: , -
· -
: -
· -
·
()







: .
:
, , -
()



, -
.

« - »

.

.

:

.

:

-

,

()

,

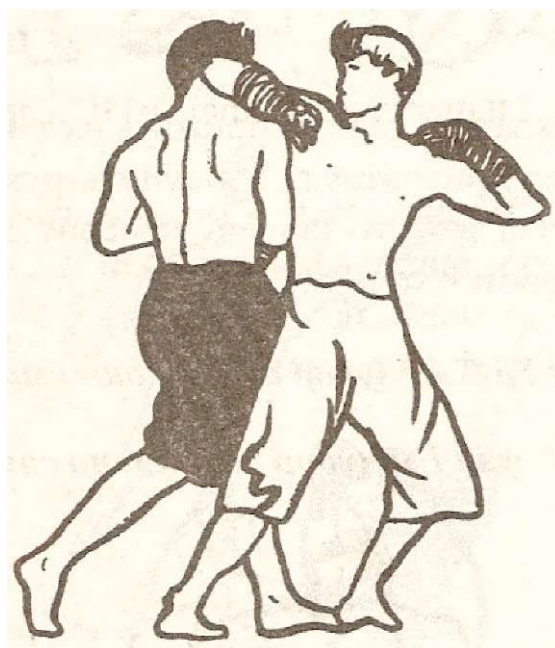
.

,

,

,

.



:

.

:

,

-

.

-

,

.

()

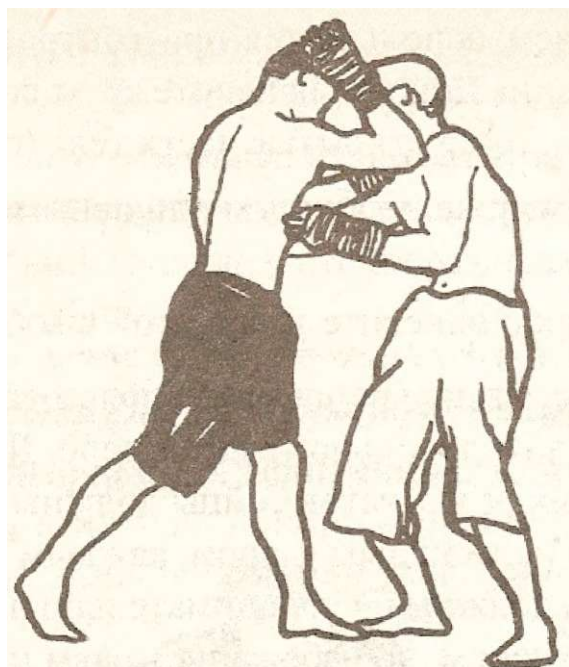
.

-

.

:

.



:

.

:

,

,

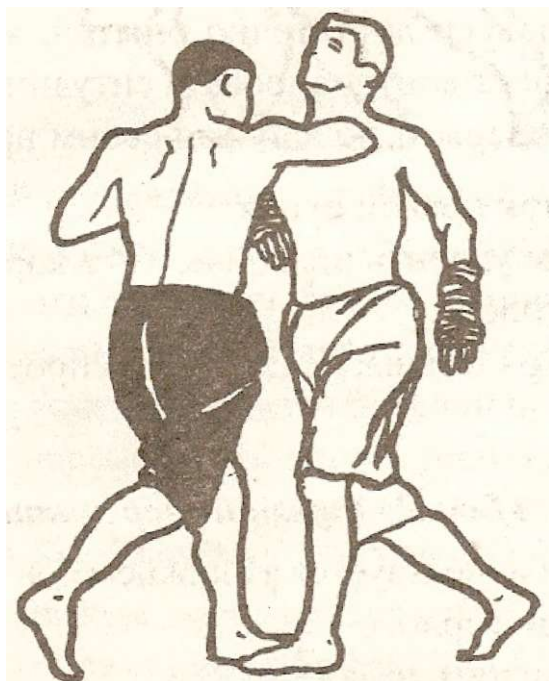
-

,

.

.

()



« — »»

•

,

$$(\quad, \quad).$$

•

•

.

•

2

—

—

•

—

,

•

—

—

,

•

,

2

2

•

2

2

•

—

—

—

•

,

2

2

2

•

« - »

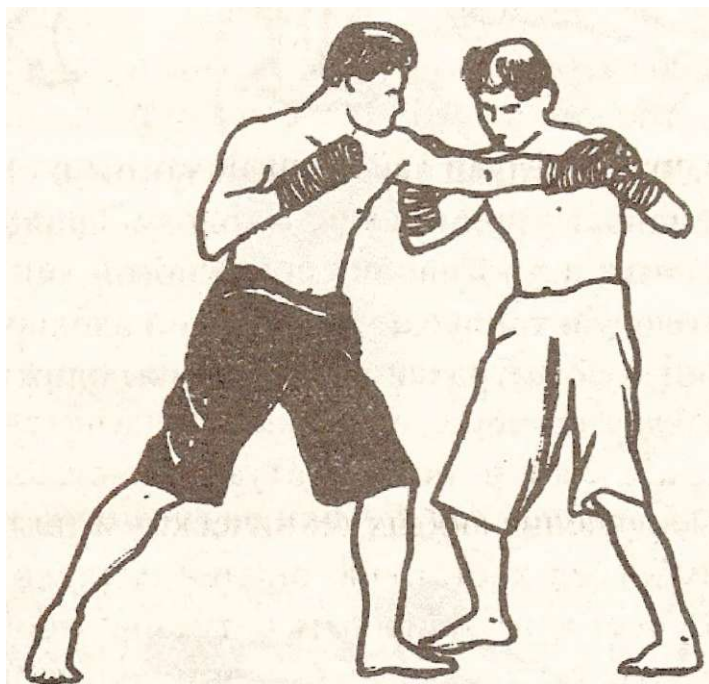
-

-

.

15 .

()



-

.

,

,

-

-

.

()

.

-

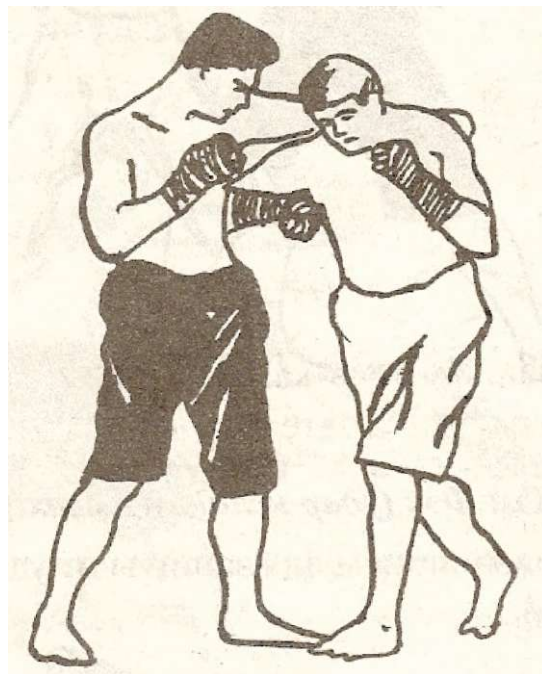
.

« - »

·
-

·
, -
·

()



· -

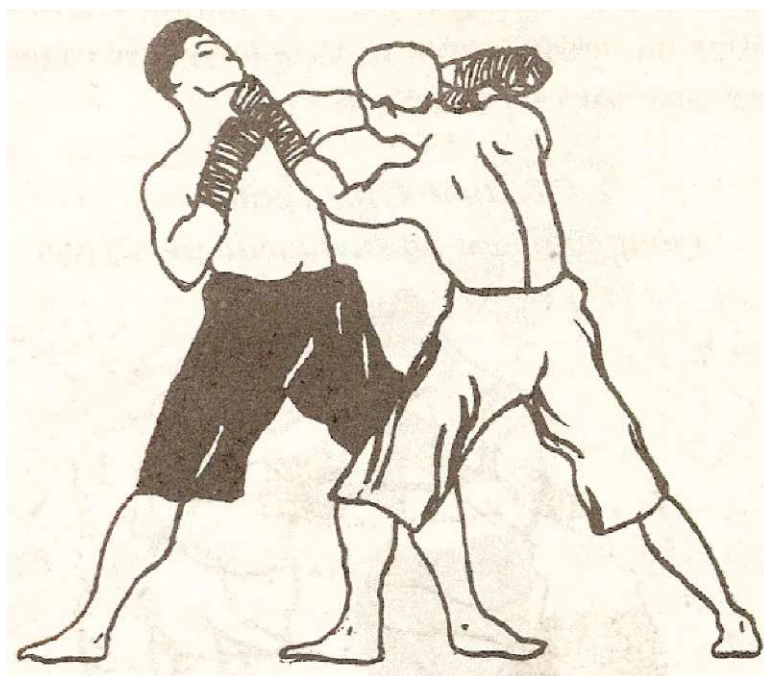
(, ,) .

(45%)

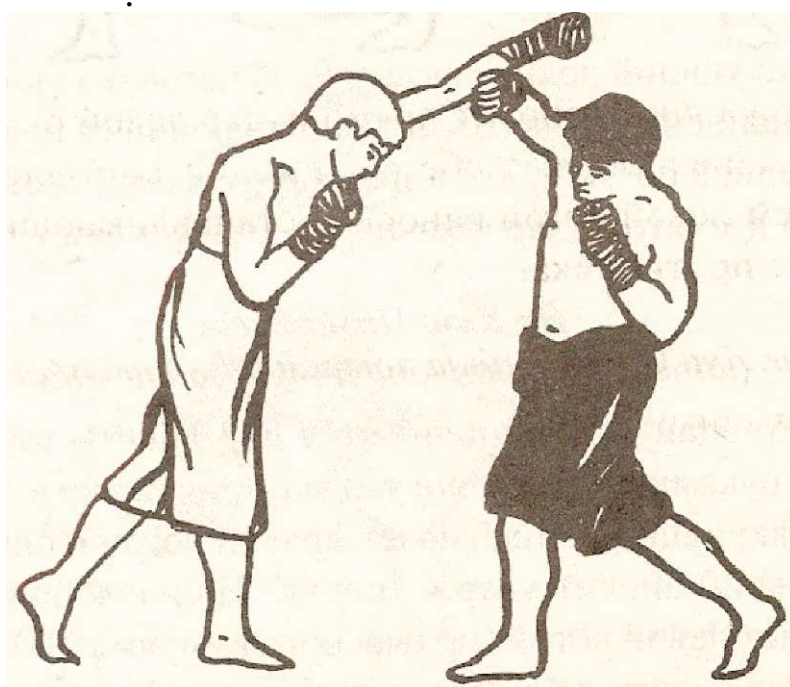
·
-
-
-

() .

45° ,



()



« - »

-

-

-

-

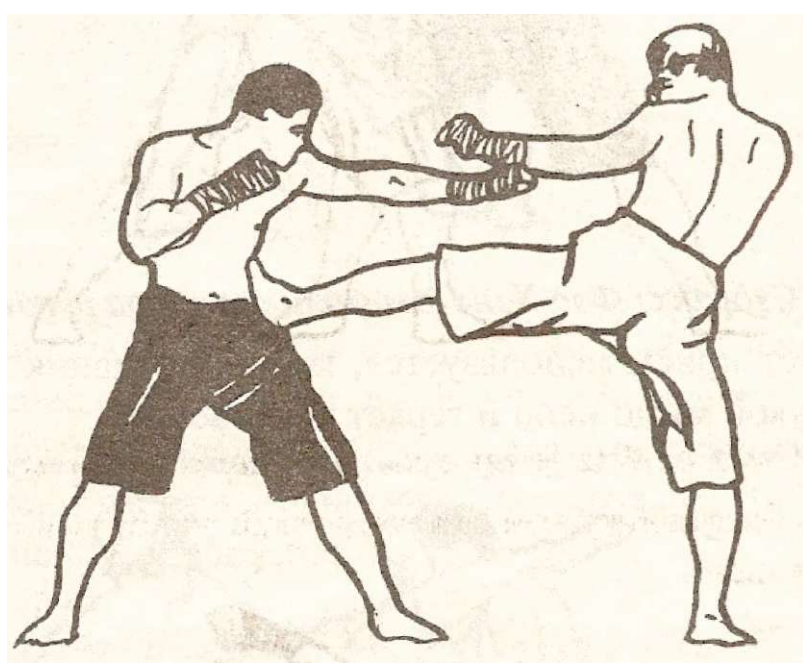
,

.

()

-

.



-

-

.

.

()

.

,

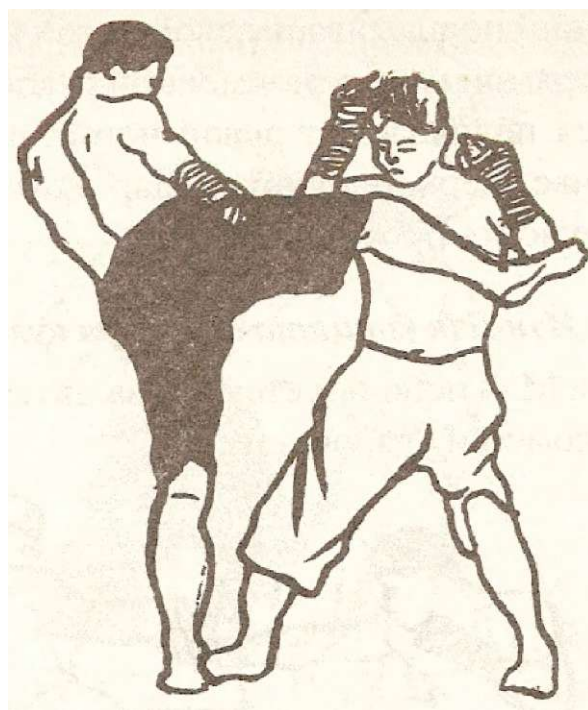
.

,

,

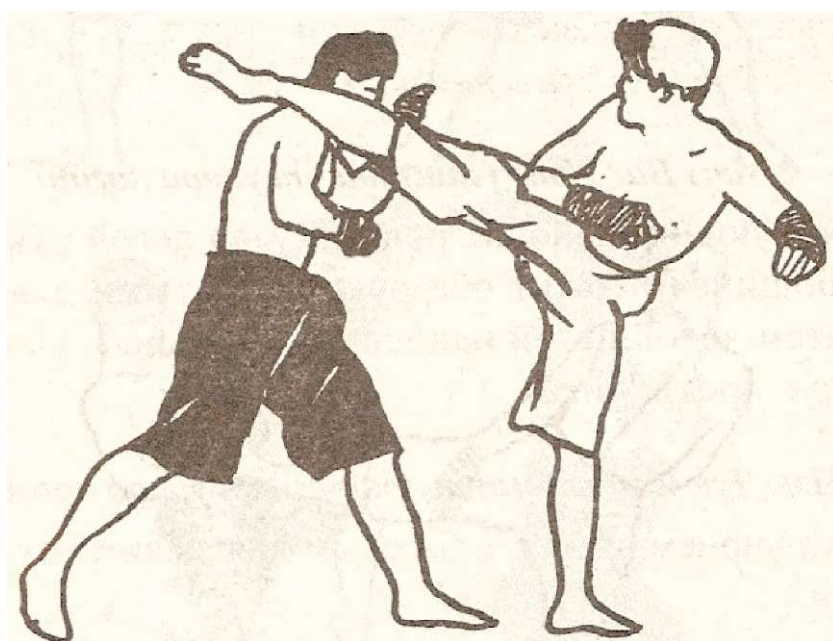
,

.



()

,



,

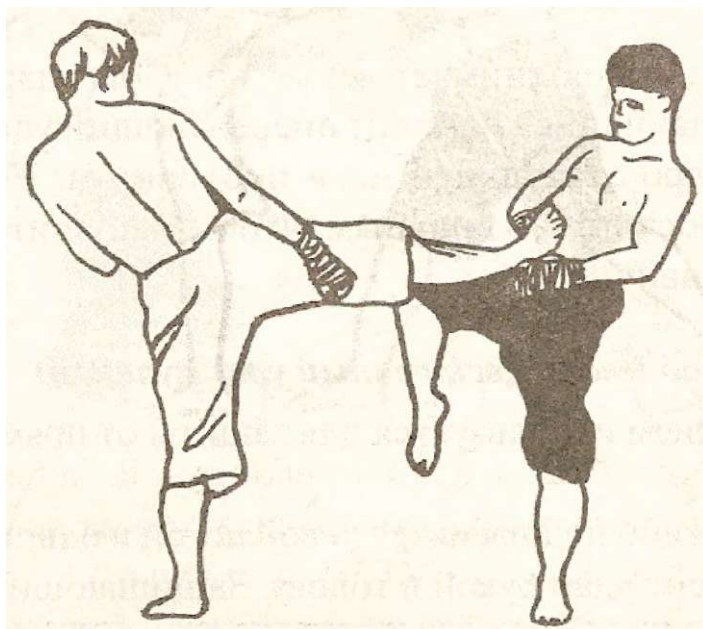
« - »

()

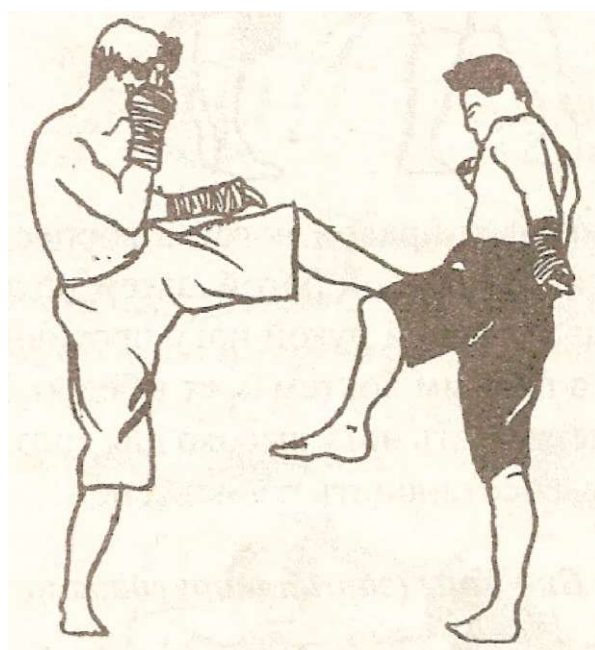


· -
,
, -
, · -
, -
·

()

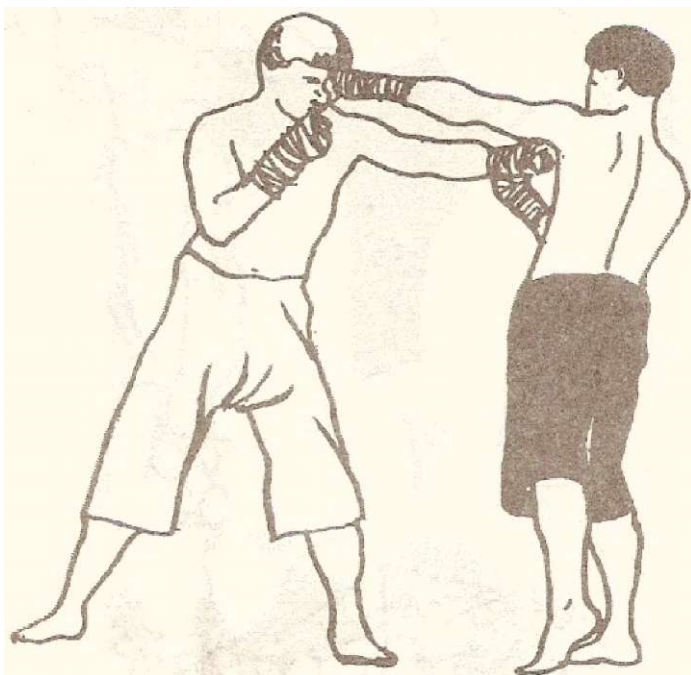


«Mya - »

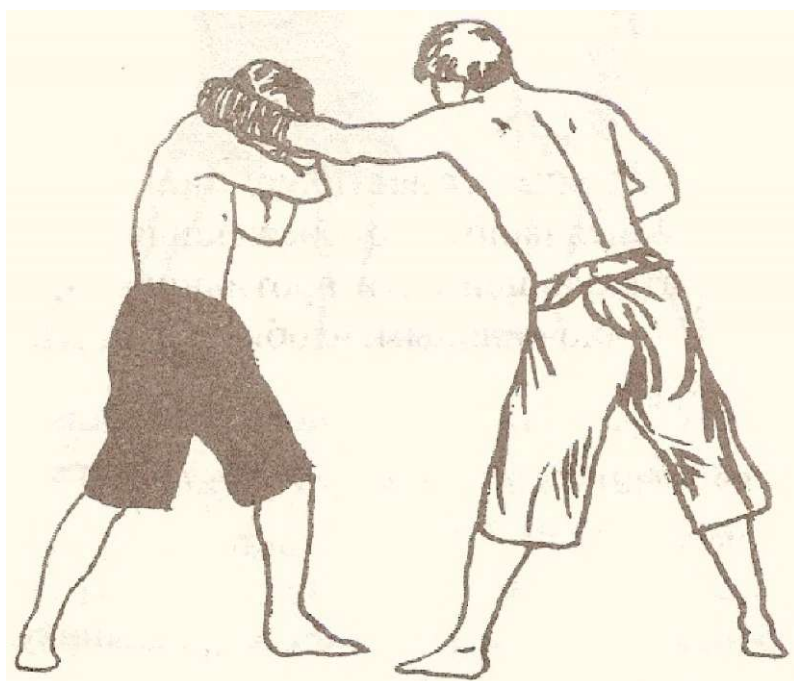


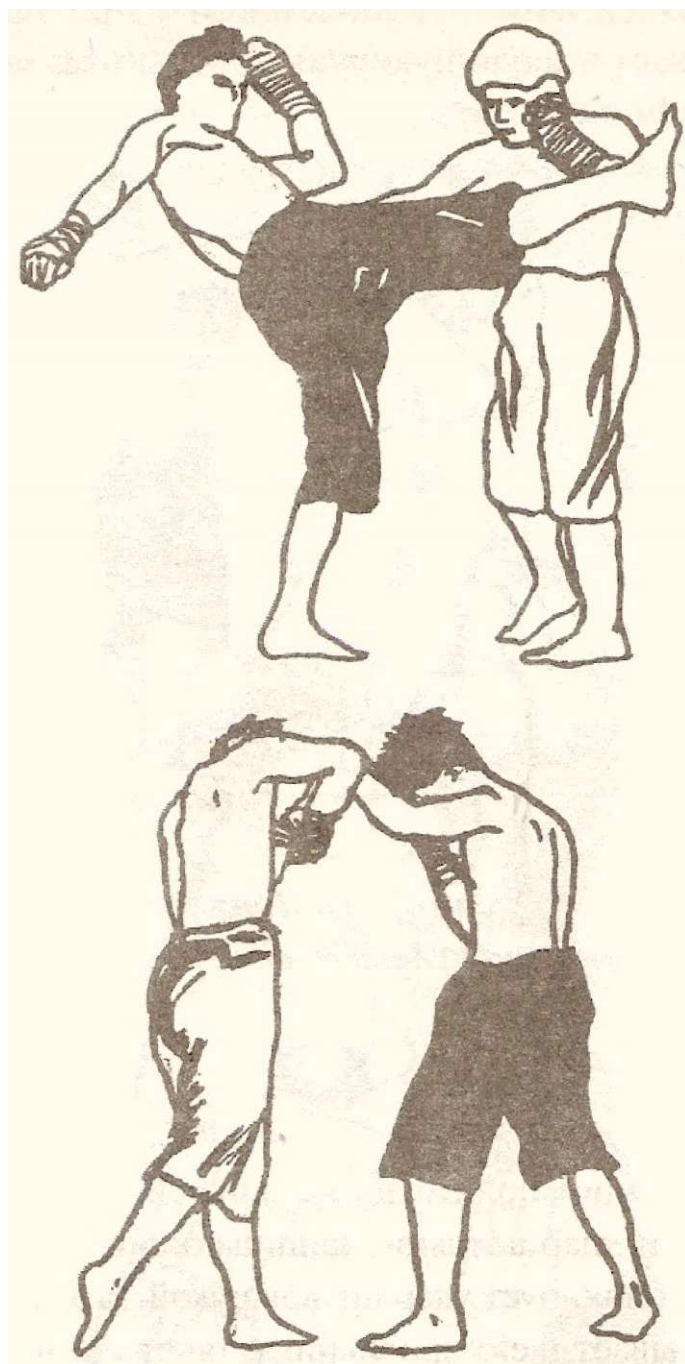
«Mya - »

, , -
,
.



(— -)





,

3

:

.

1.

-

.

,

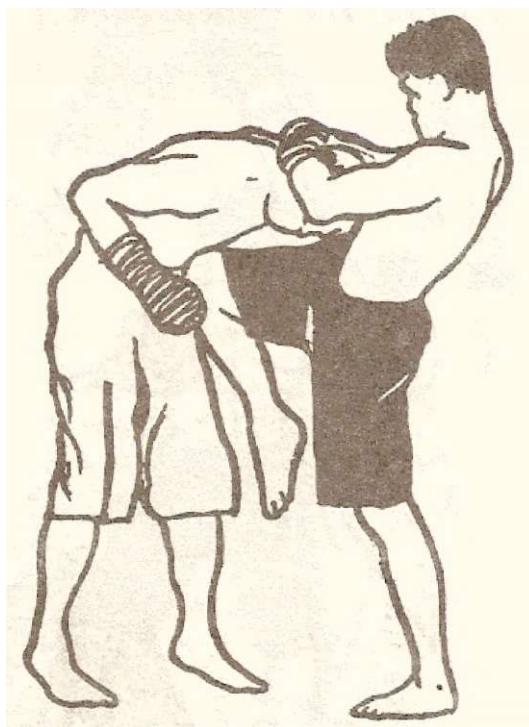
.

«Mya - »

2. .
-

3. .
-

()



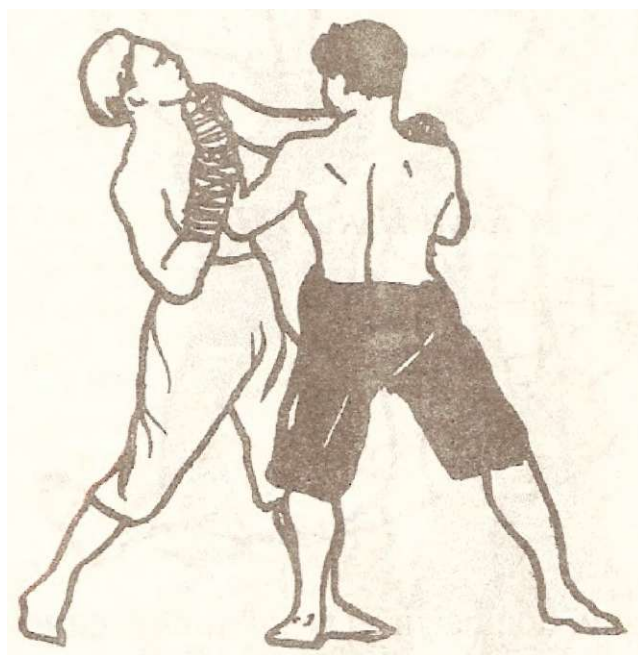
, , -
. -
, -
, .
.

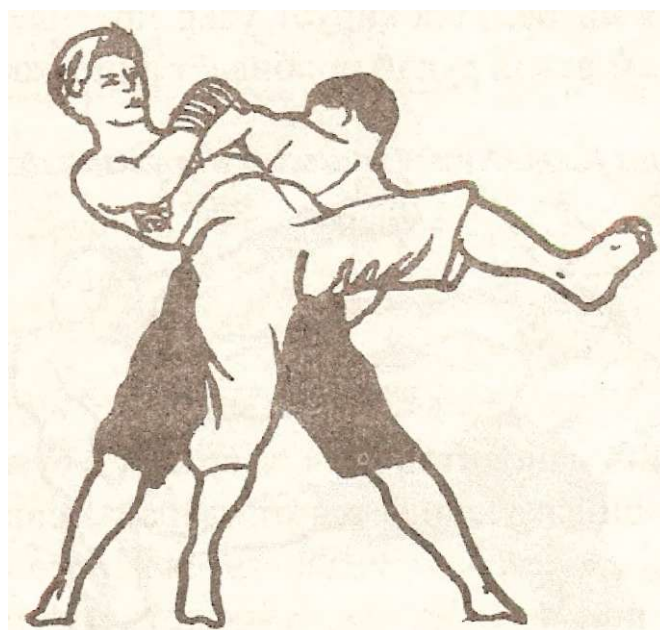
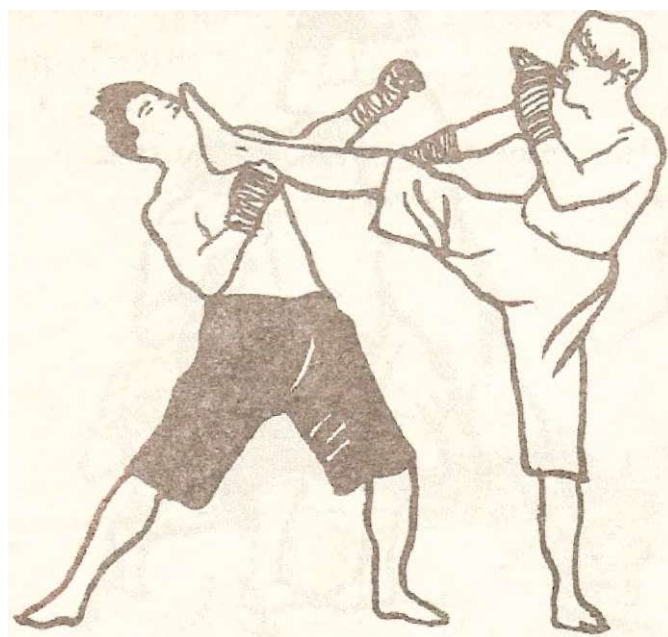
«*Mya*» - »

ЛУК МЭЙ МУАЙ ТАЙ. МАСТЕРСКИЕ И НАИБОЛЕЕ ЭФФЕКТИВНЫЕ ПРИЕМЫ МУАЙ ТАЙ

15 .

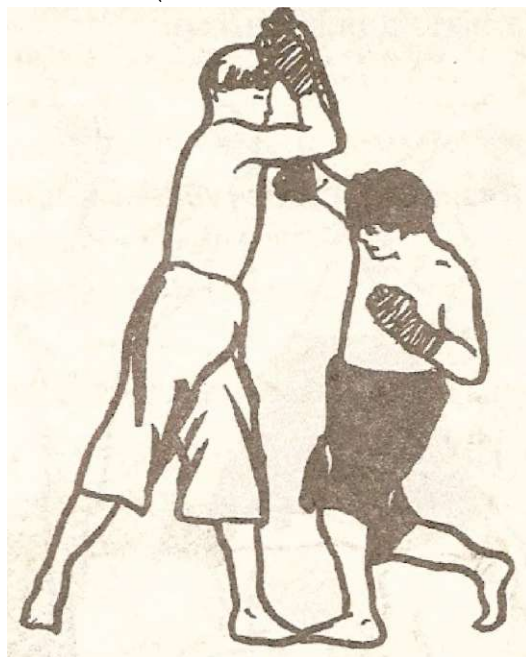
()





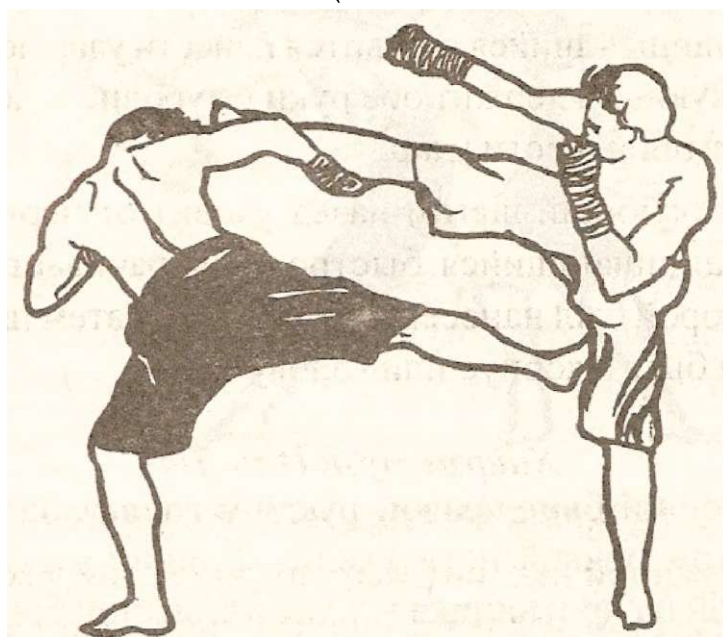
«Mya - »

()



, -
-
-
-
.

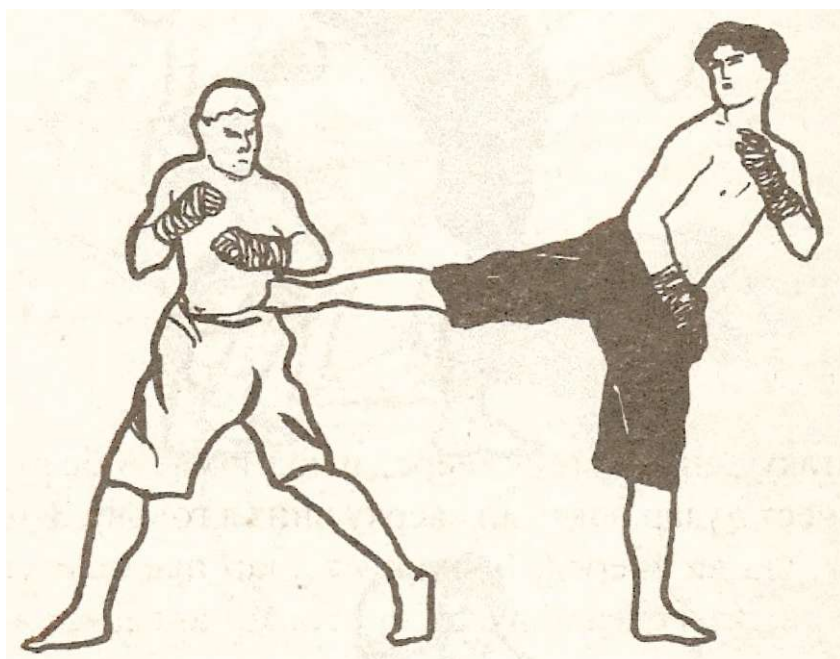
()



«Mya - »

. -
-
-

()



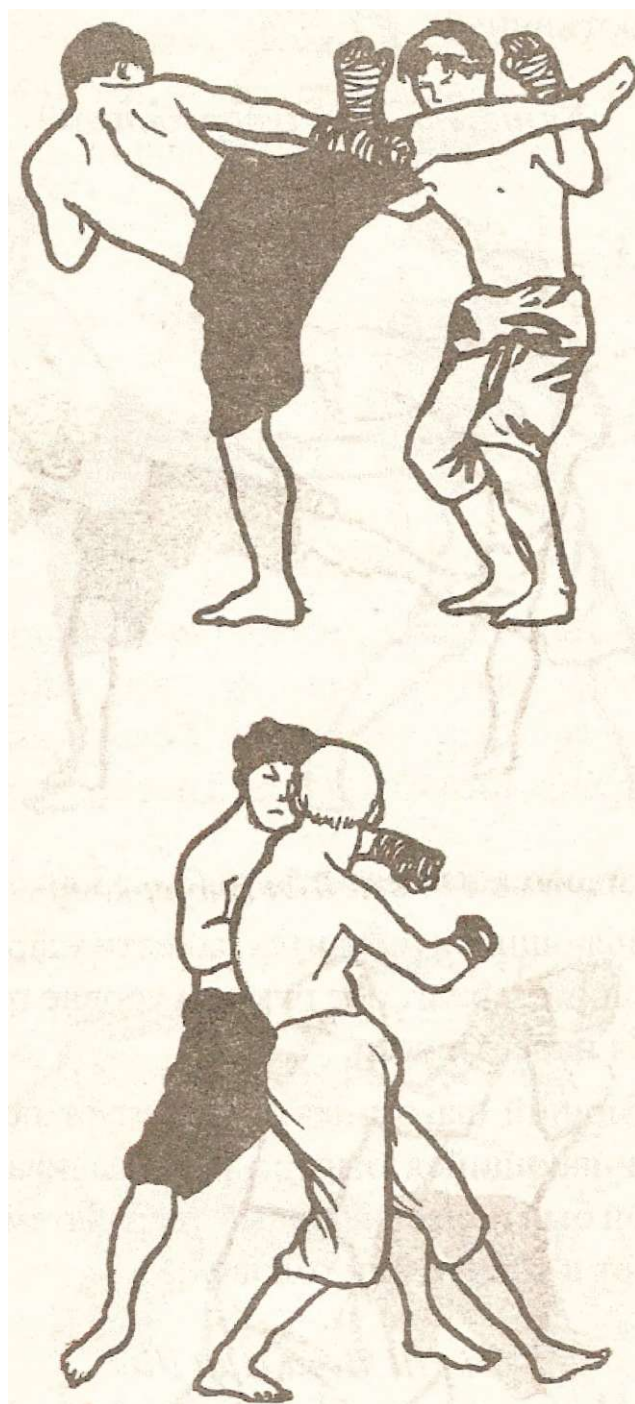
:

1. -
.

2. -
.
,

()

,



()

-

:

«Mya - »

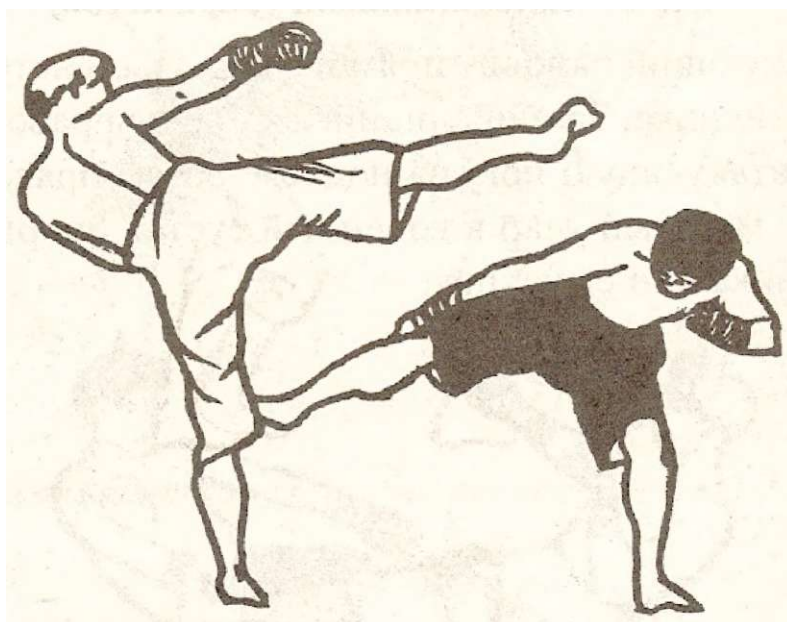
1. . -

,

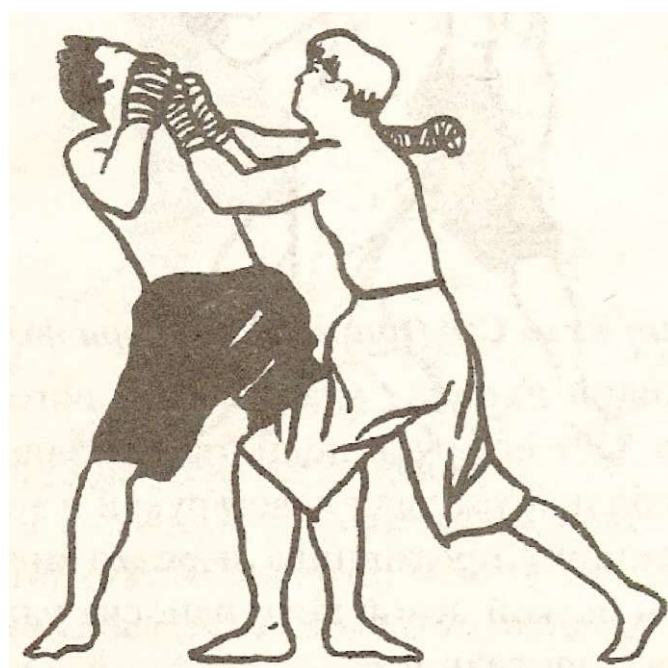
2. .

,

.



()



«Mya - »

,

.

,

(

-

-

).

(

)

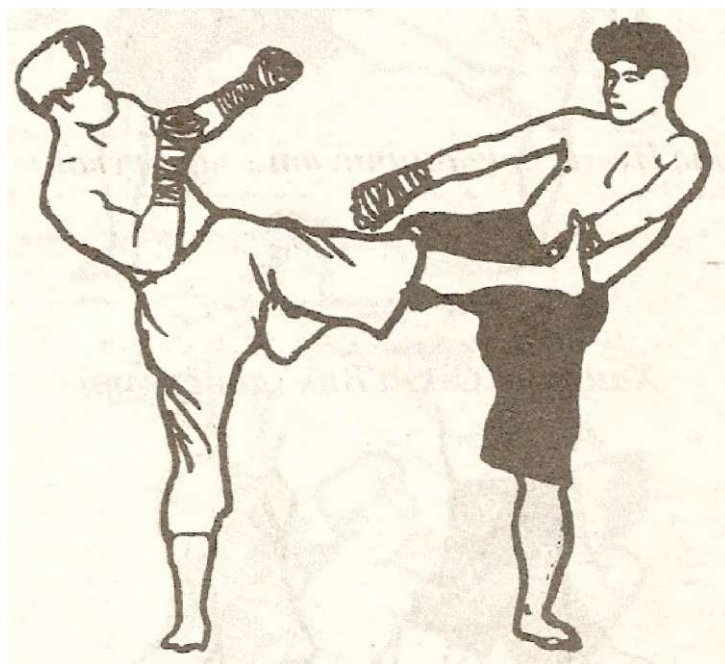
-

-

.

.

.



(

)

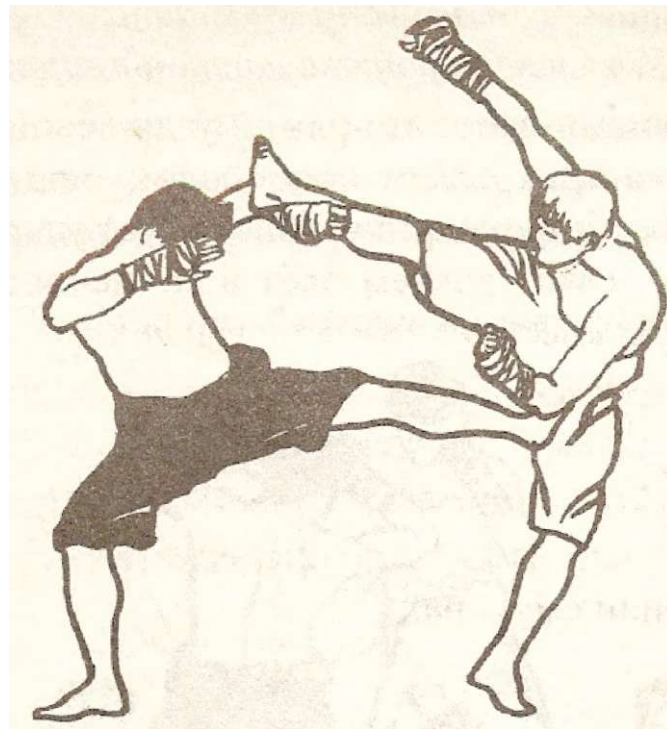
.

.

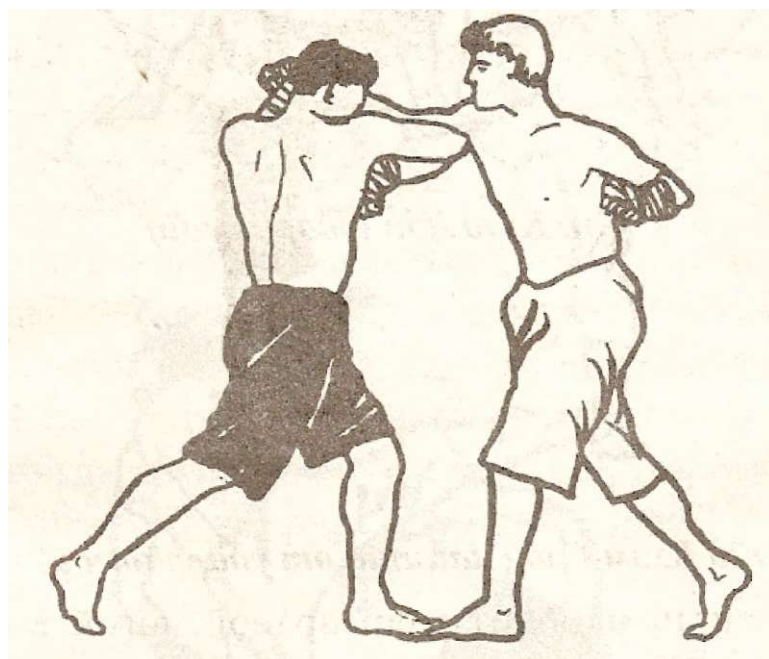
-

.

.



()



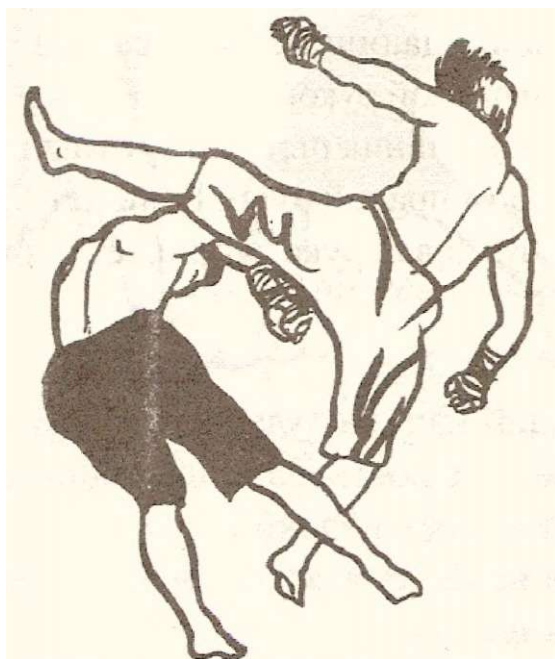
, -
-
-

« - »

()



()

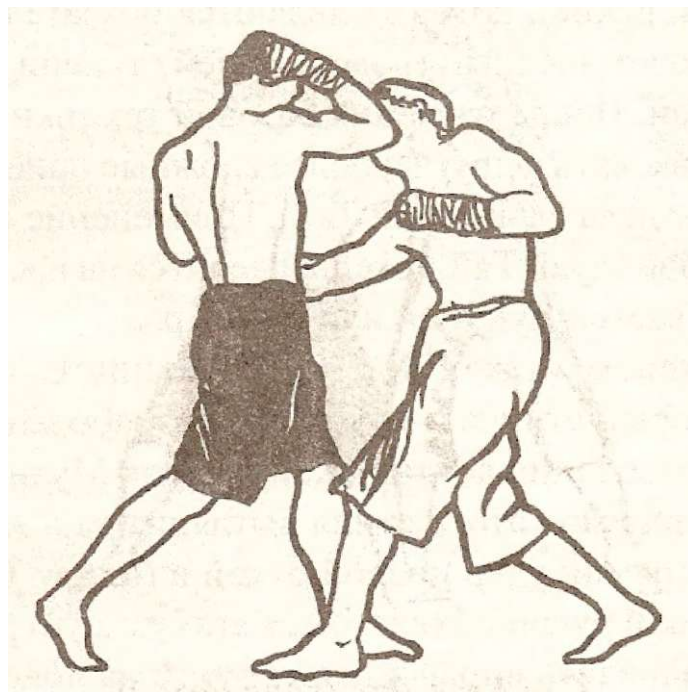


« - »

-

·
, - ·
, ·

()



, -

· ,

,

· ,

· ,

· ·

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

« - »

- -

,

,

： « », « » « »,

« - ».

.

,

12

12

.

15 15 .

5 ,

,

：

1.

2.

3.

4.

5.

,

().

：

,

,

,

,

.

.



СОВРЕМЕННЫЙ муай-тай

« — »»

« - »

, . 20-

-

-

-

-

-

-

,

,

,

,

-

,

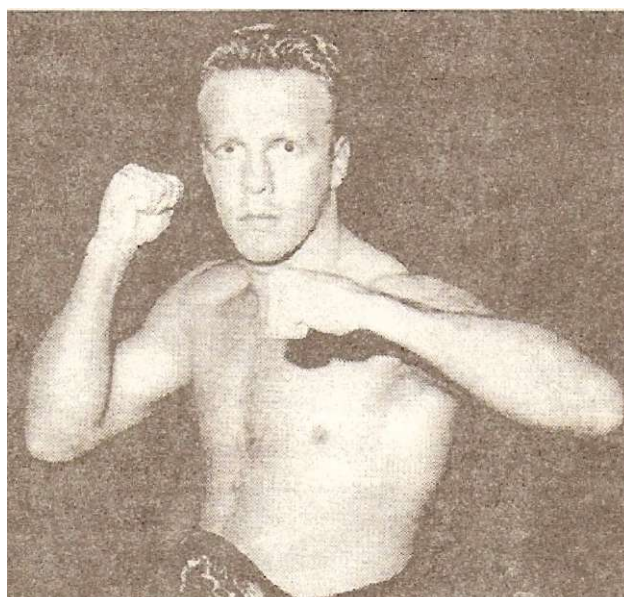
-

,

-

,

.



Рамон Деккер

*Чемпион мира среди профессионалов 90-91 г.г. (IMF),
чемпион мира среди профессионалов 91-94 г.г. (MTBN),
чемпион Европы среди профессионалов 90-91 г.г. (NKBB)*

,

-

.

,

-

-

-

,

,

,

.



Роб Каман



Орландо Вьет «Гладиатор» - чемпион мира по тайландскому боксу среди профессионалов 1994 г. (ISKA)



Вадим Чемякин

,
,
-
-
« ».
90-
-
-
,
« »
.
-
,
-
.
« »,
-
,
.
,
-
,
-
.
« ».
-
.
-
,



*Спиридонов Н.А., Степанов Д., Касьянов В.
с воспитанниками клуба ЖКД*

« - »

-

- .

∴

•

.

•

.

•

.

•

.

•

.

•

.

•

.

,

,

.

•

-

.

-

-

,

,

,

,

-

.

-

-

-

.

,

-

,

∴

1.

,

-

.

2.

-

.

3.

,

-

.

« - »

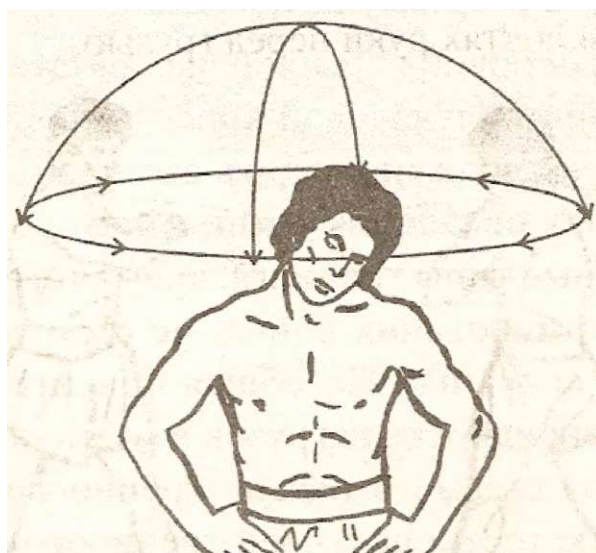
4. , -
 , -
 .

5. -
 .
 , -

.
 ,
 - ,

.

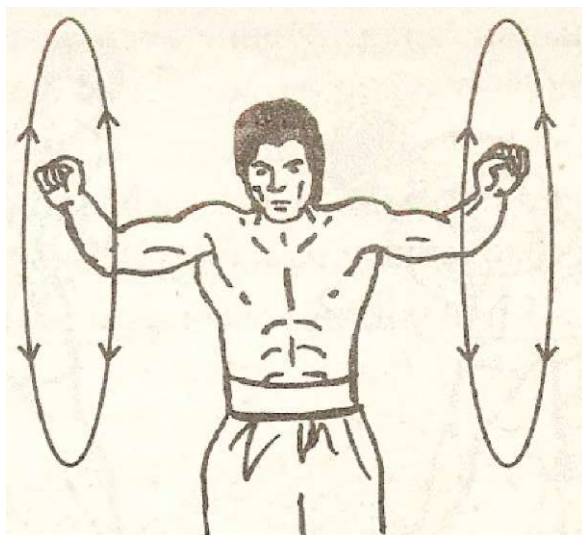
1



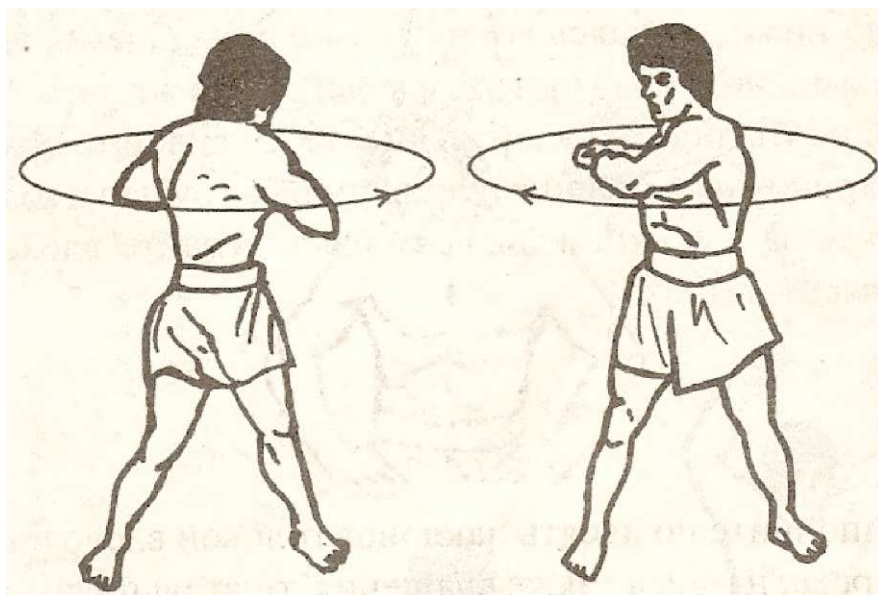
, , , -
 .

2

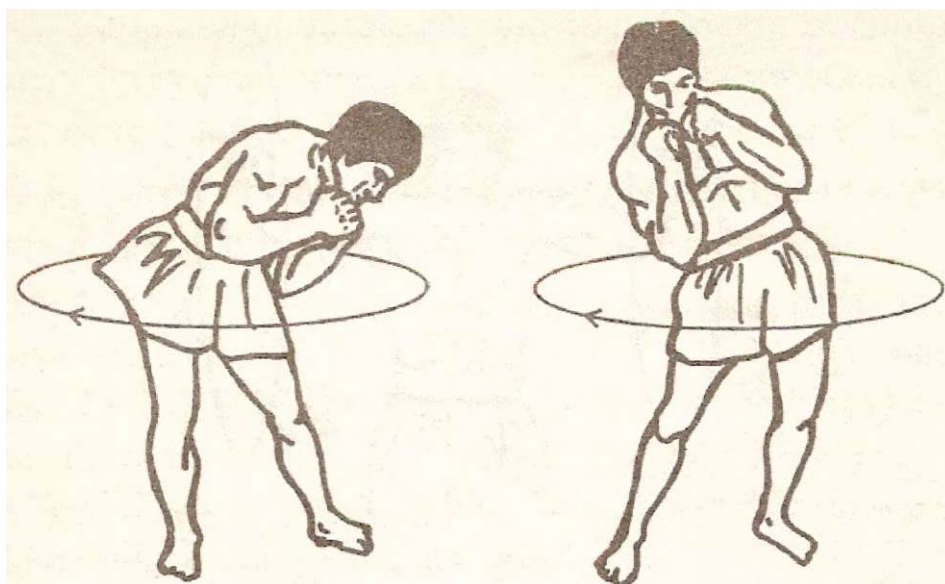
, -
 .



3

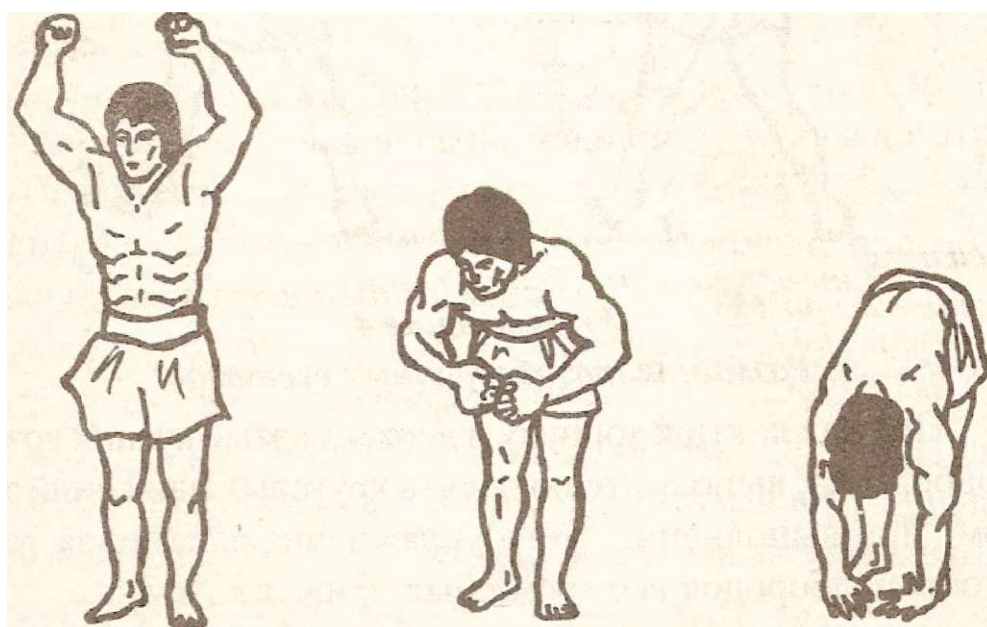


4



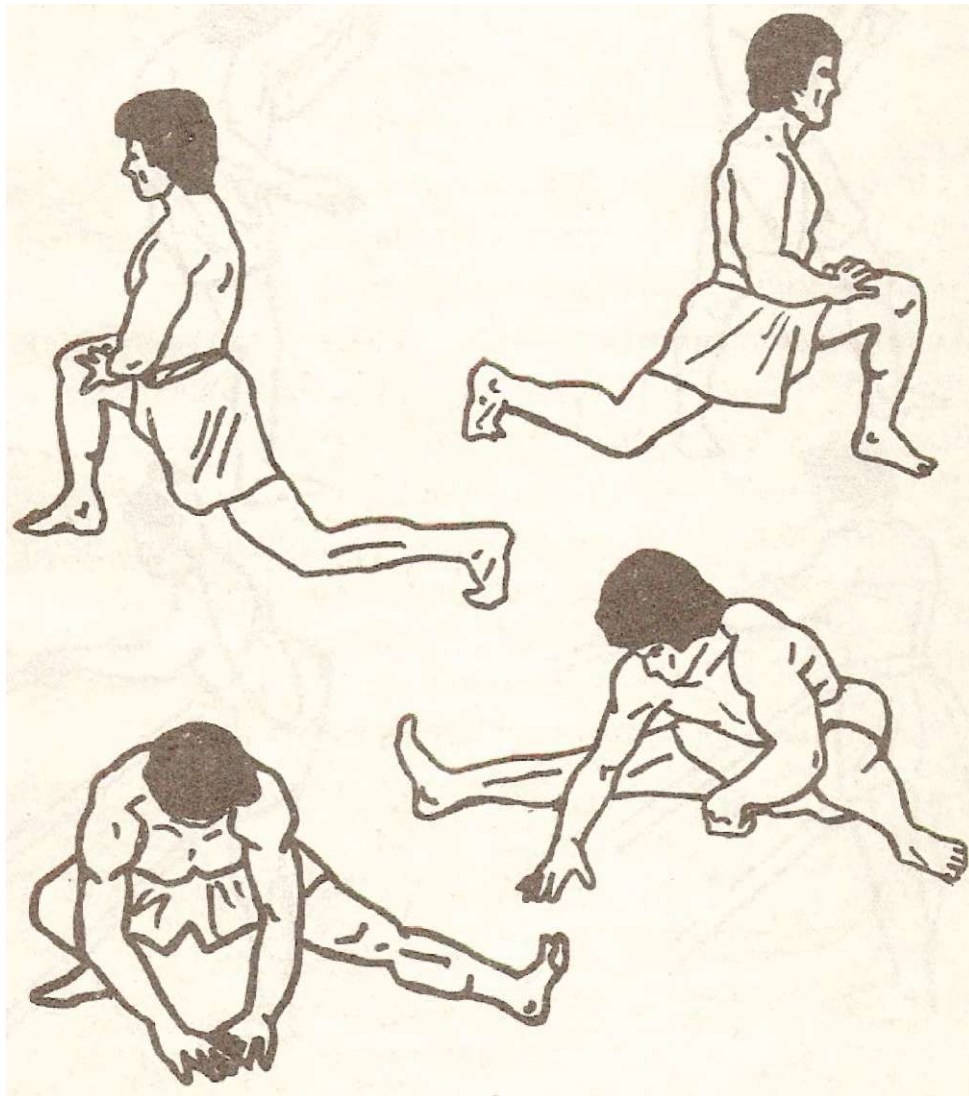
5

, ,
, .
, , -
, -
, -
, .

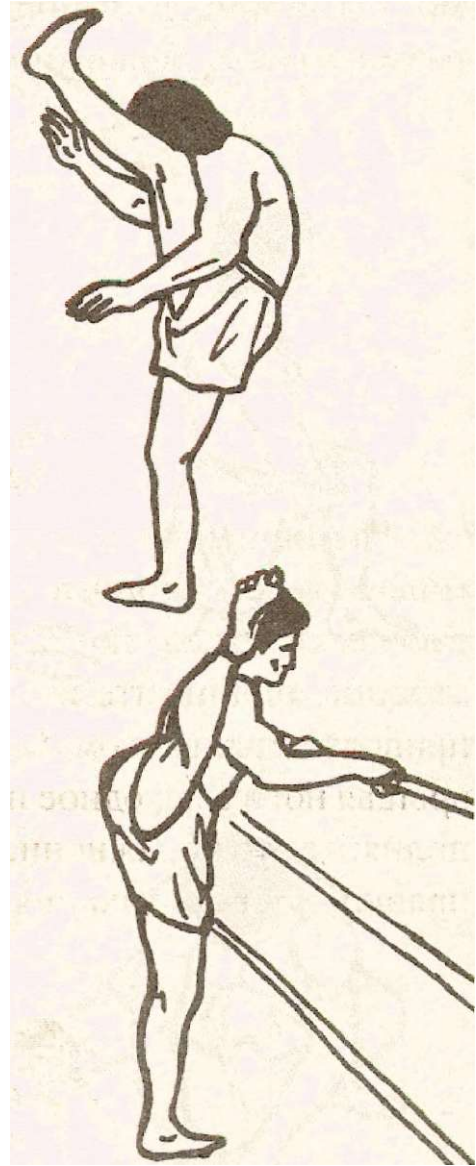
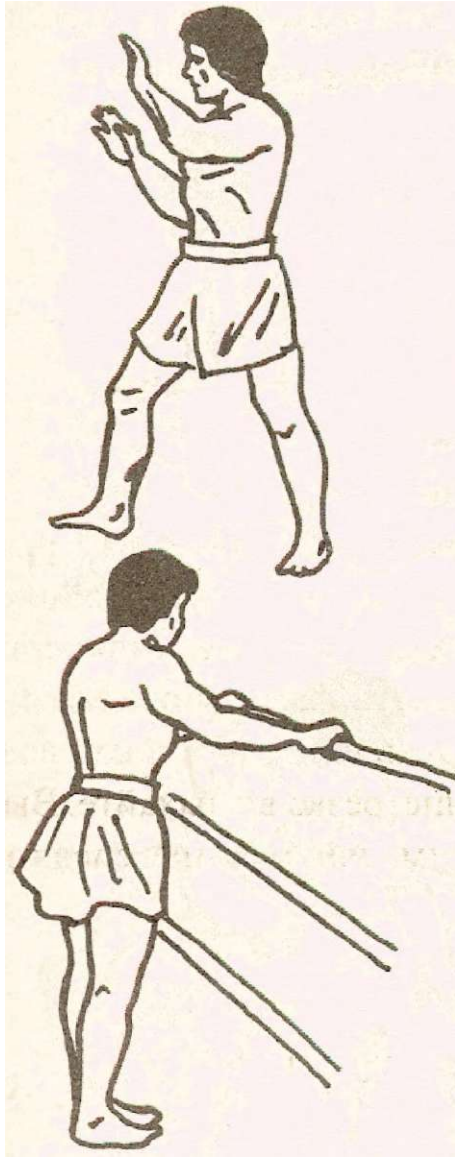


«Mya - »

6



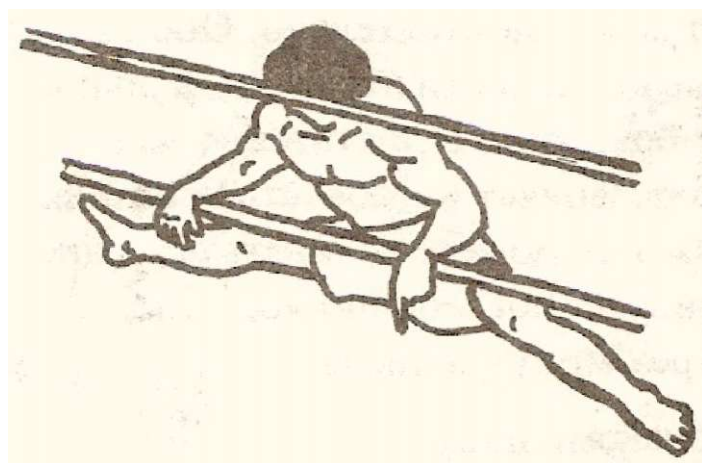
7



8

« - »

.



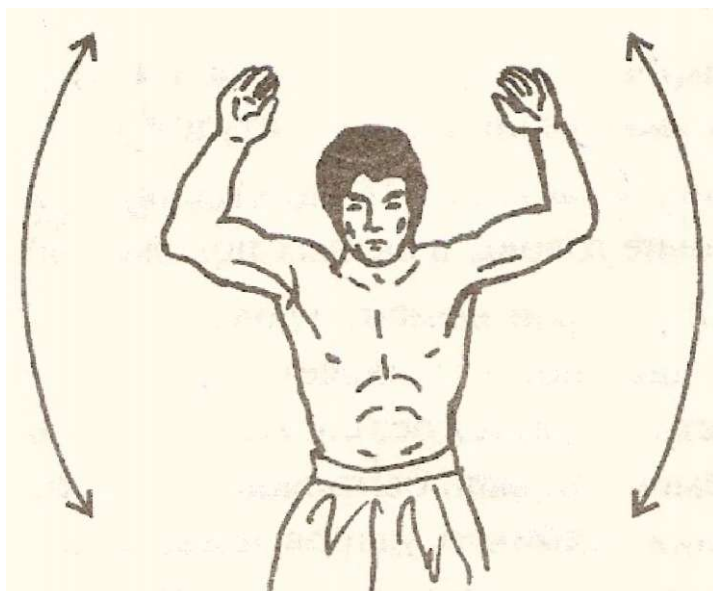
9

, -

.

, . -

,



, . -

.

.

,

,

- .

-

-

(, , ,),

.

,

.

, -

.

(, . .).

:

- . (
- .)
- . (
- . (
- . (
- .)

,

,

,

,

« - »

-

,

«

»

-

,

,

-

.

1

,

-

,

, . .

-

.

-

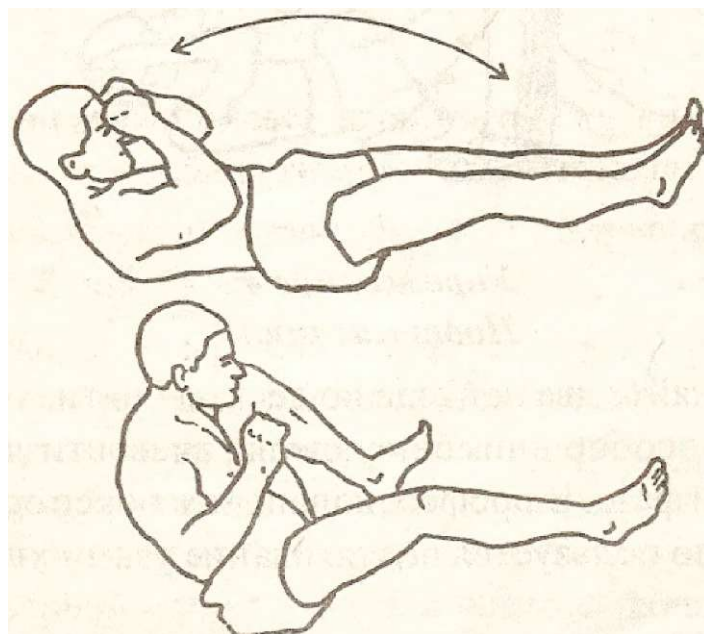
.

-

-

.

2



« - »

,

.

,

,

.

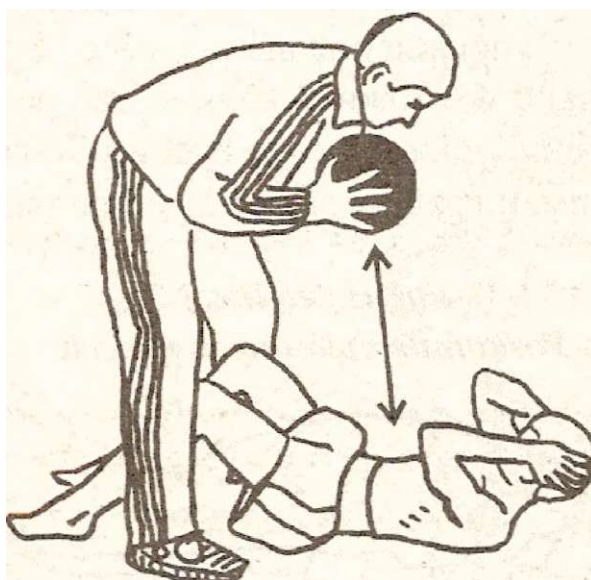
25-50 .

3

.

,

.



4

-

-

,

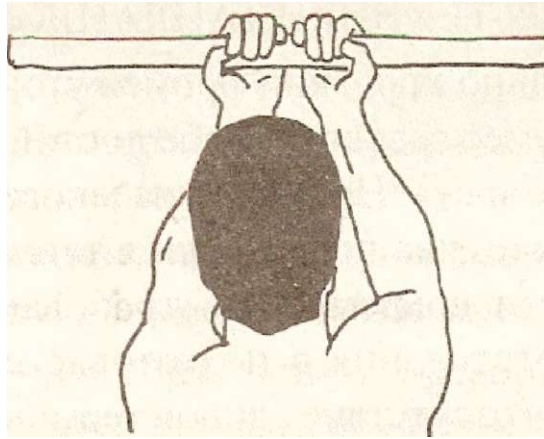
.

-

,

-

.



« — »»

‘ , , -

•

-

,

•

—

.

•

—

$$, \quad , \quad (\quad)$$

•

—

‘ , ‘ , ‘

’ , , , •

—

•

—

- , - , - .

‘ , ‘

’ , , .

9

-

•

,

, —

•

•

•

—

•

•

.

•

, —

.

2

•

•

« - »

-

,

- , (-

, ,).

-

,

,

.

«

»

« »

,

-

(« »).

« »

« ».

« »

:

,

.

- ,

.

.

-

,

.

-

.

-

,

(,

,).

« - »

« » ,

, , ,

.

().

- -

.

—

,

.

-

(, ,) .

- -

.

-

.

« »

: , , .

-

-

.

,

,

.

- -

,

.

-

,

.

«. — »

— , , , —
· , —
, —
, —
· —
, —
, —
(, —
() · —
, —
·



,
·
·
·

« — »

• • • • •

—

—

—

• —

—

• —

—

« — »

,

,

.

.

,

.

.

,

(-),

,

:

;

;

(

).

« »

,

.

- ,

- ,

- ,

- ,

.. ,

() (

).

,

,

:

.

.

.

.

.

.

,

,

« — »

· -

·
)

,

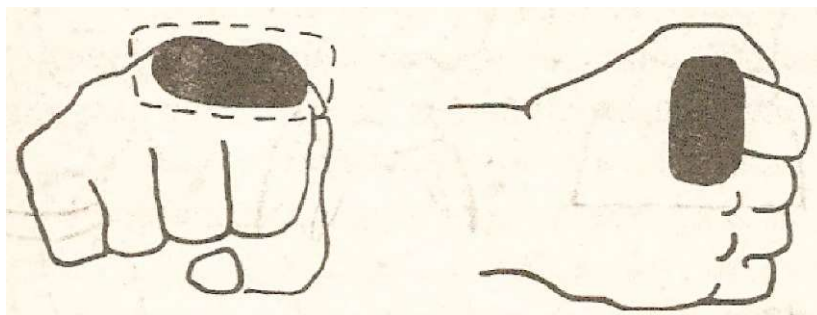
,

-

·

« — »

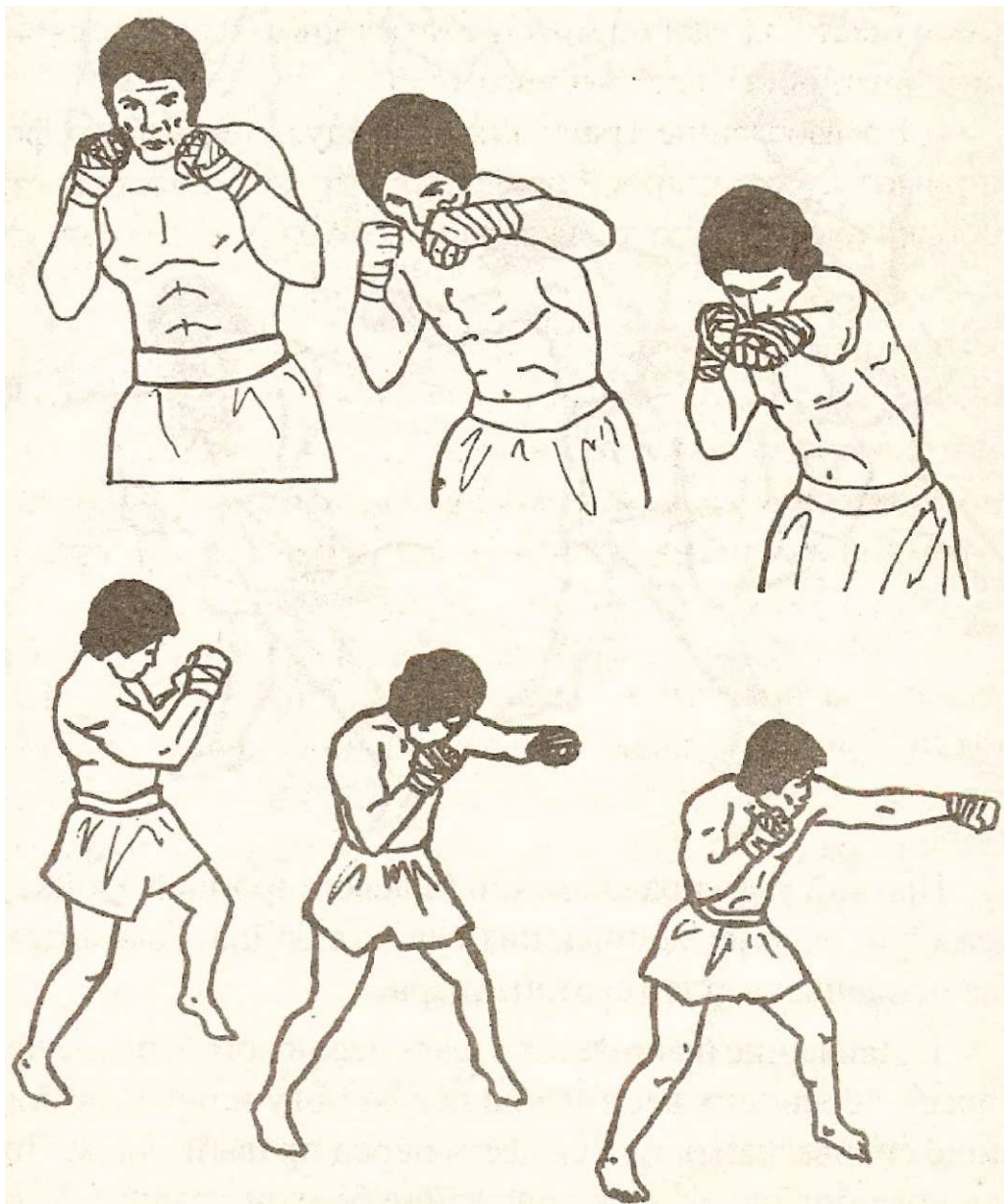
,
(). -
« » -
, , , , .
« » -
(,). -
« », -
« » . , -
.
.
.
.

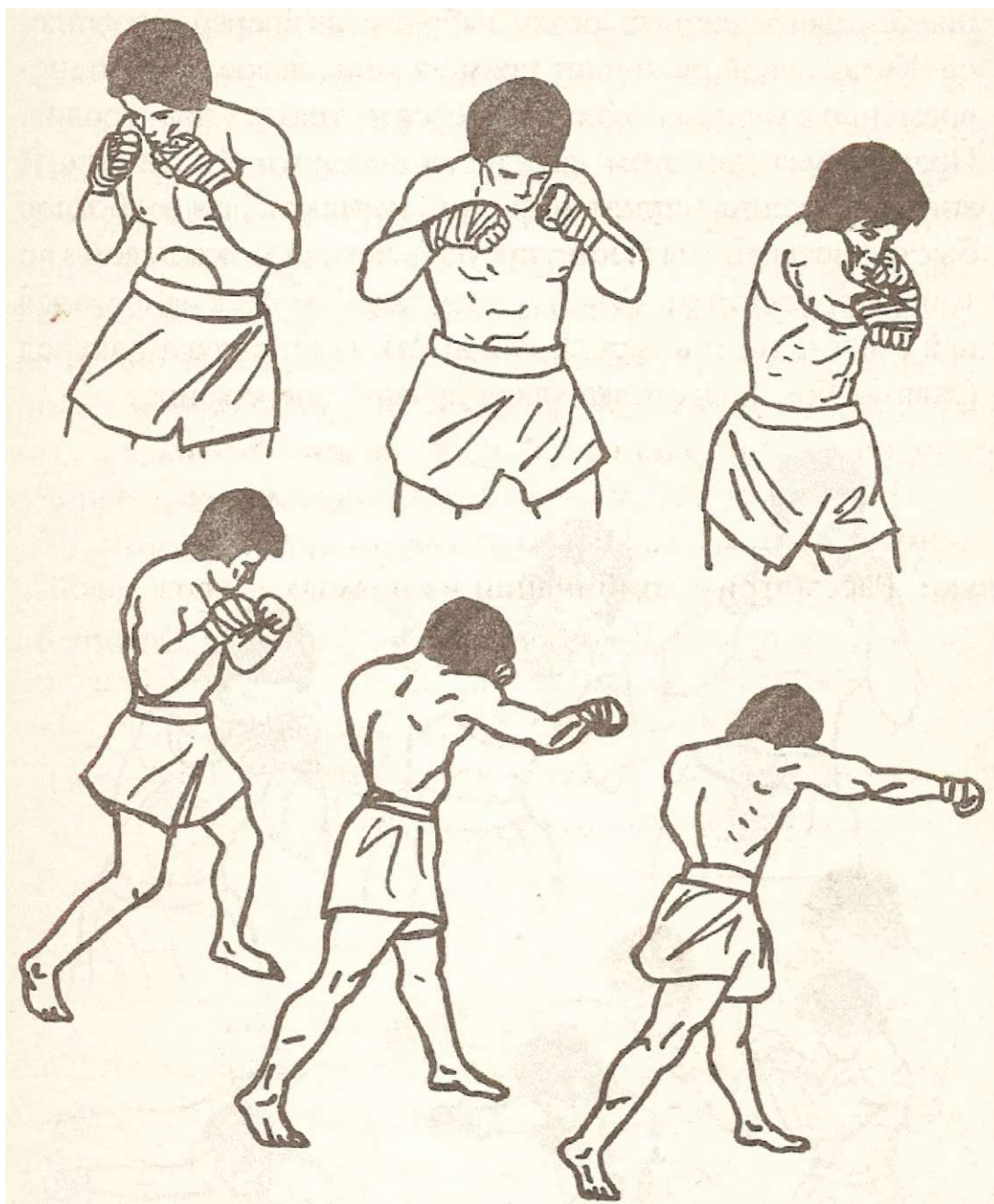


,
« »,
,
(+).

« — »

· - , - - - ·
()
((),
(,).

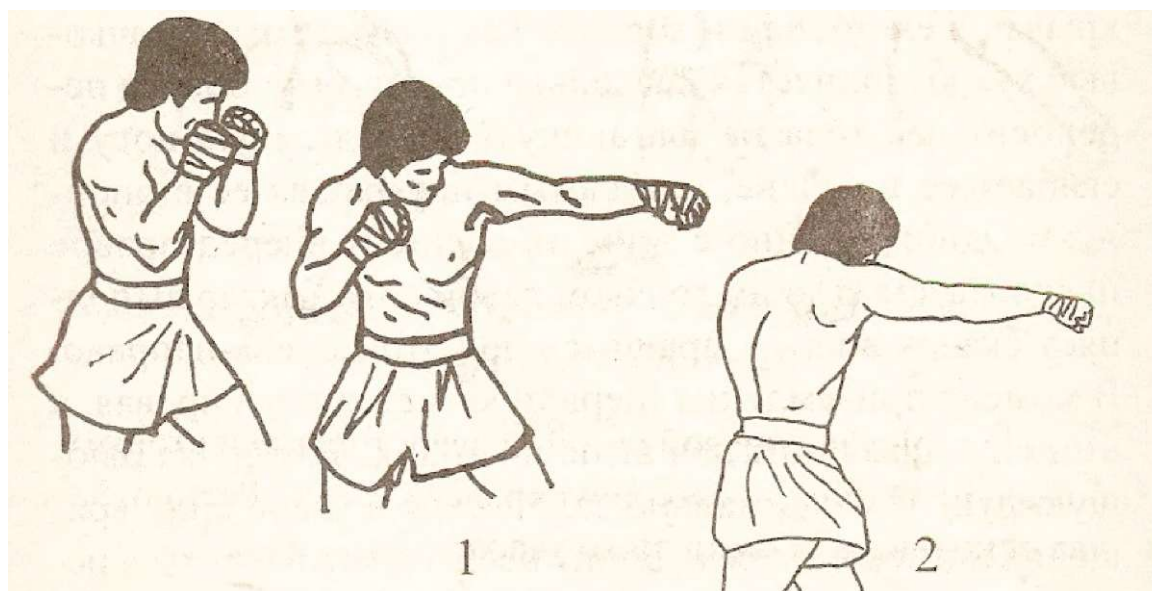


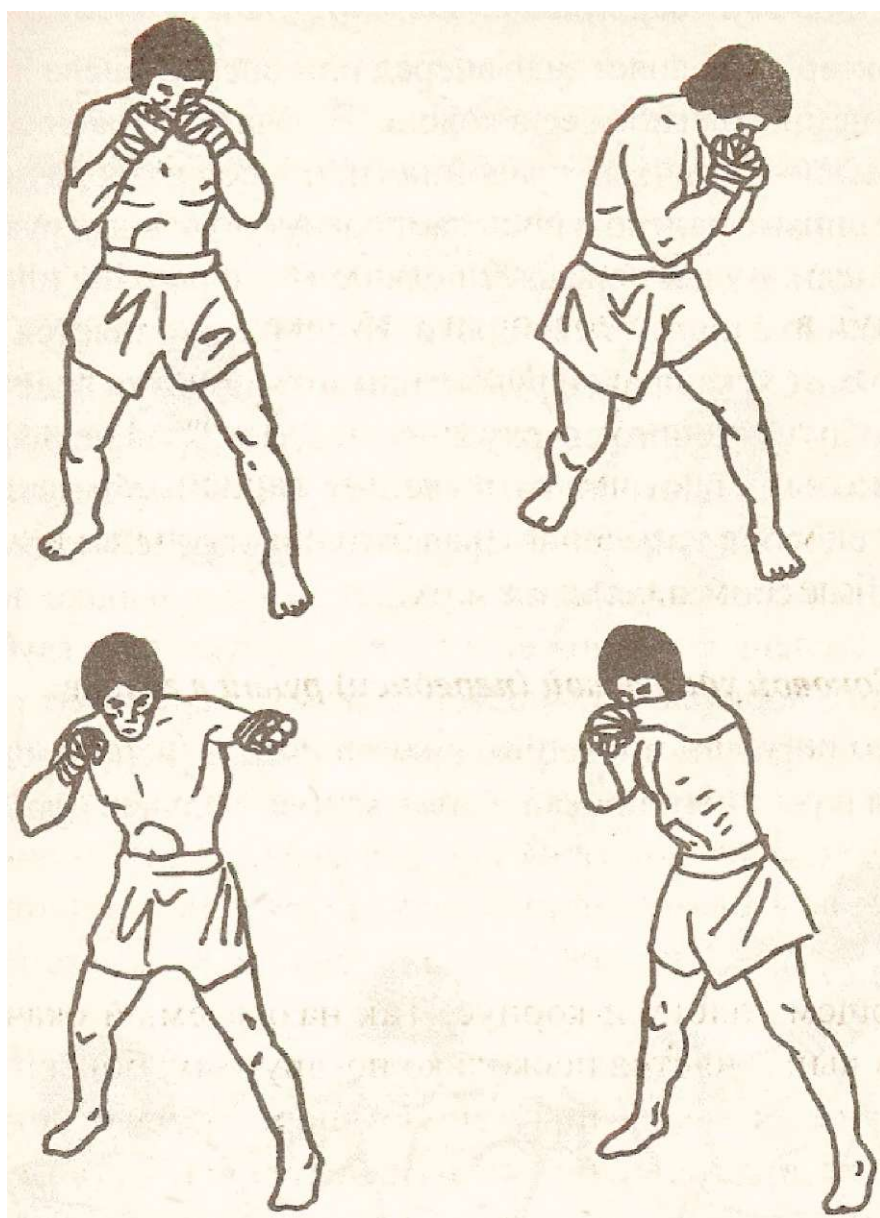


() -

1.

2.





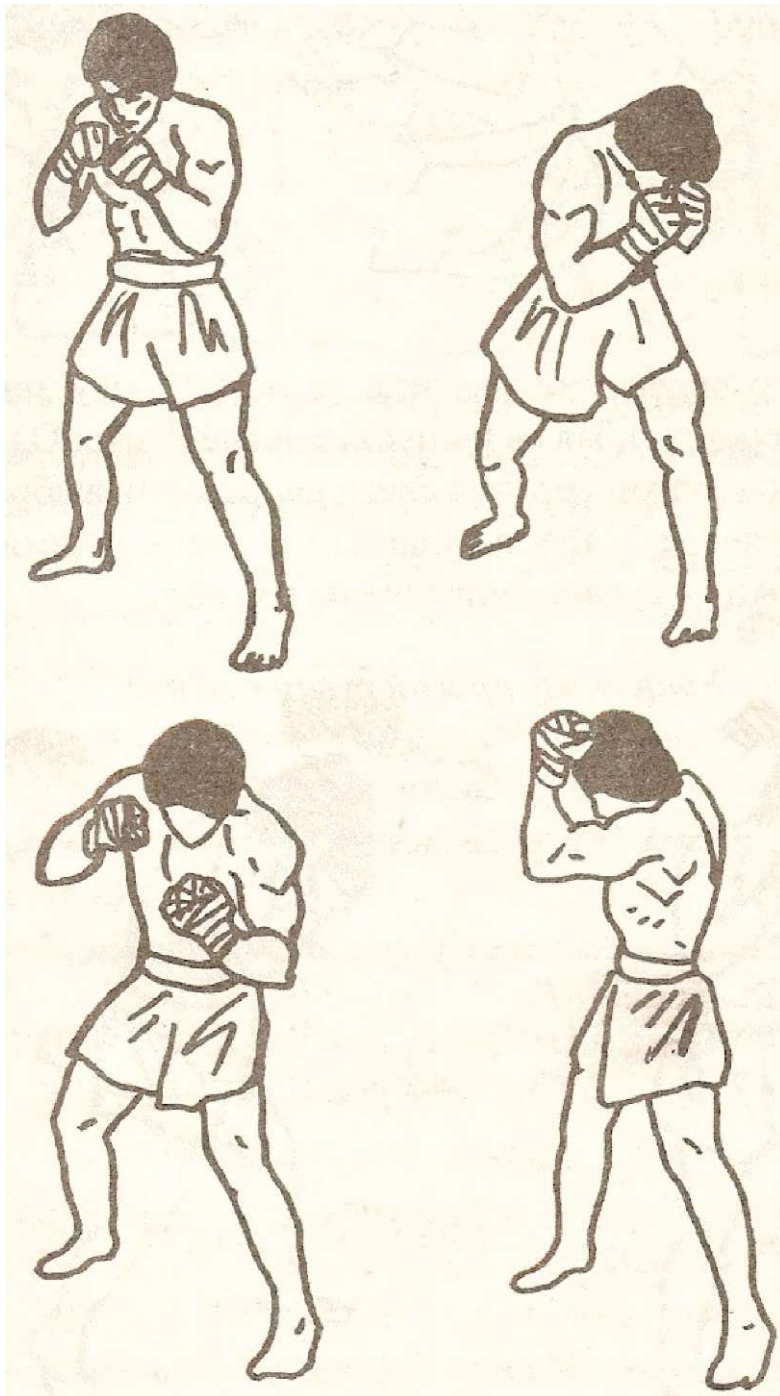
:

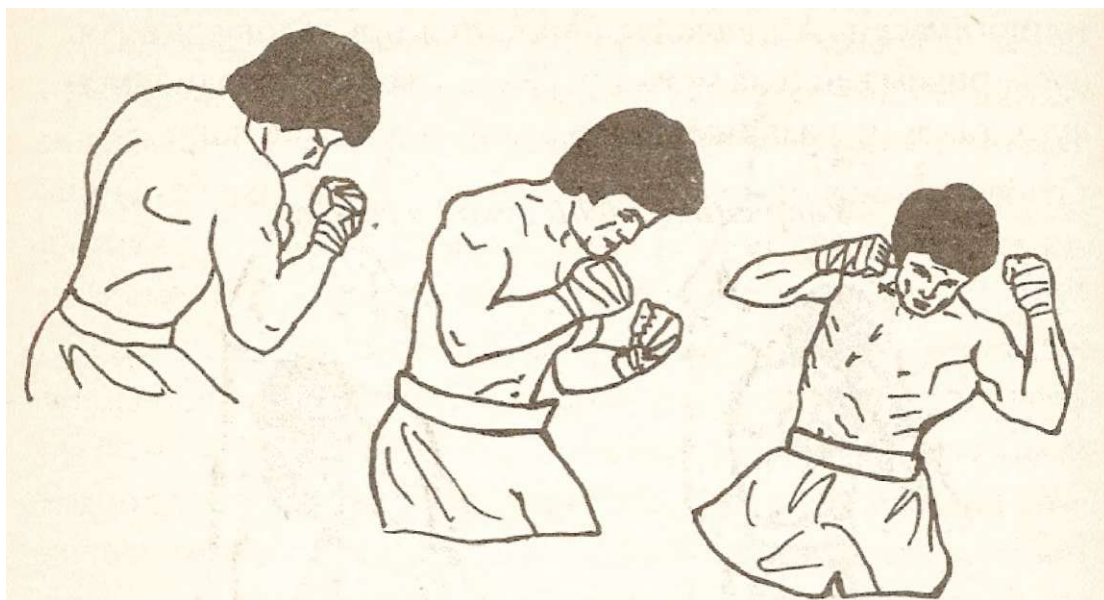
.

() .

.

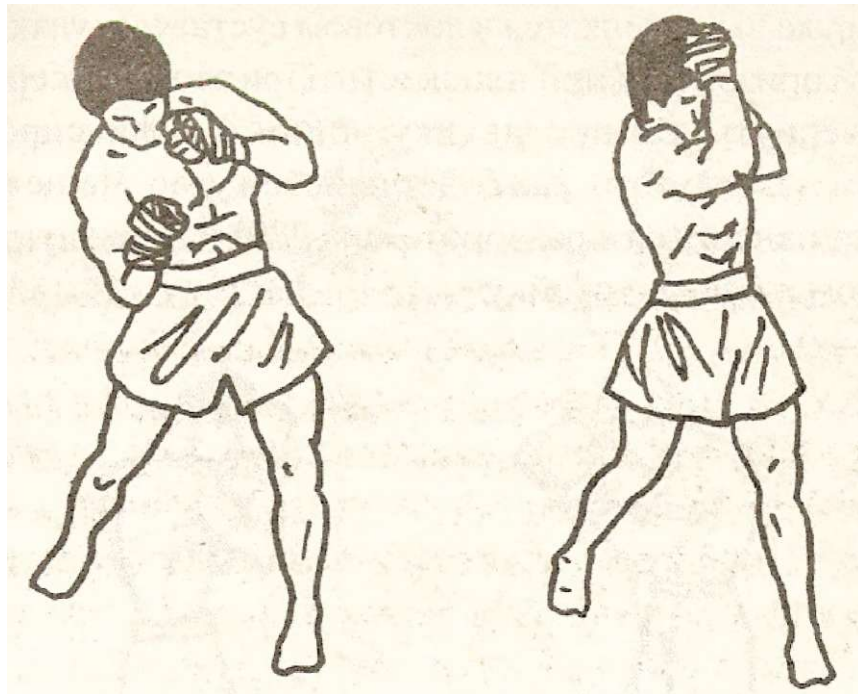
.





,
 ,
 ,
 (,).





, -

• ,

, , -

, .

,

.

:

• ,

•

•

•

(- -)

-

-

.

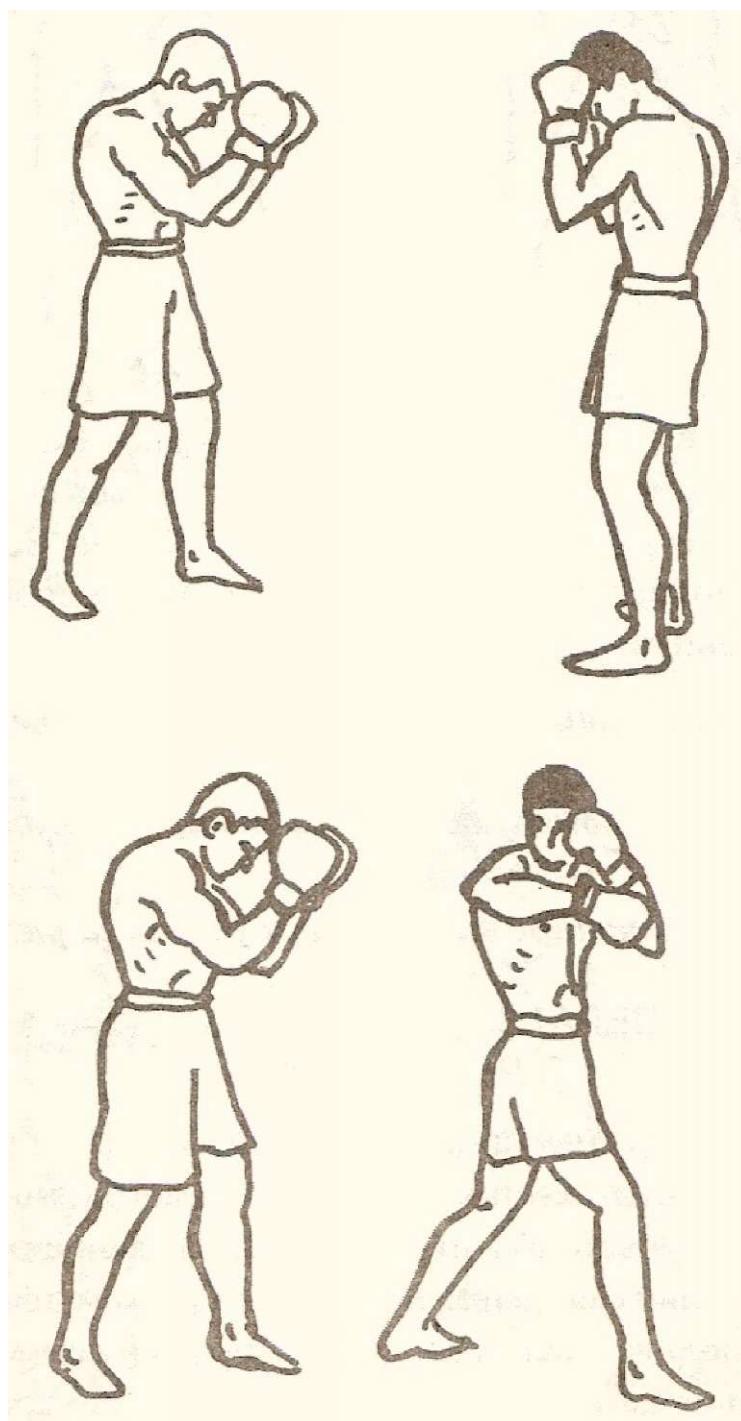
•

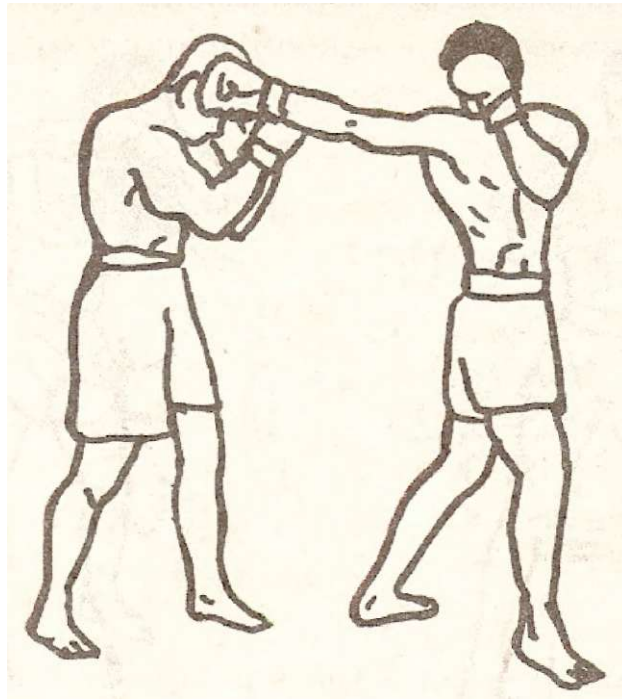
-

,

•

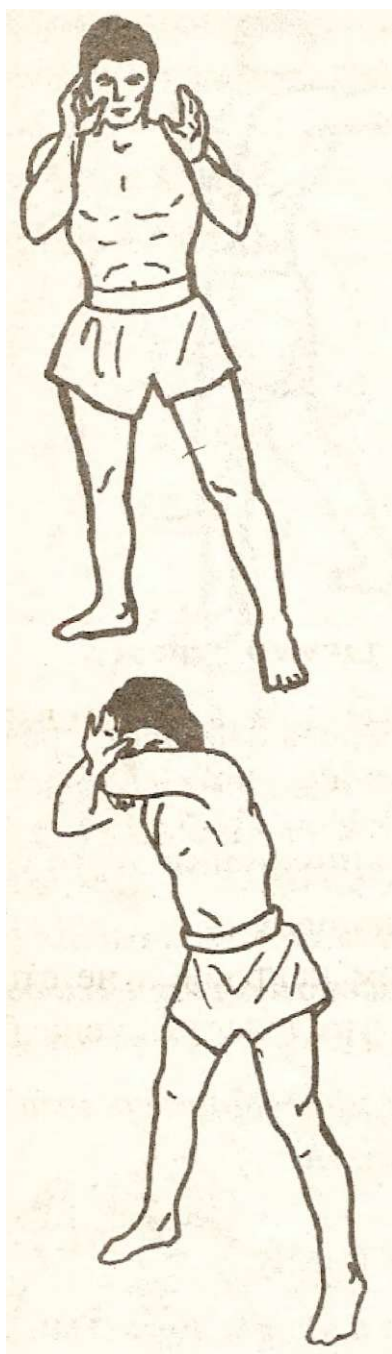
270°

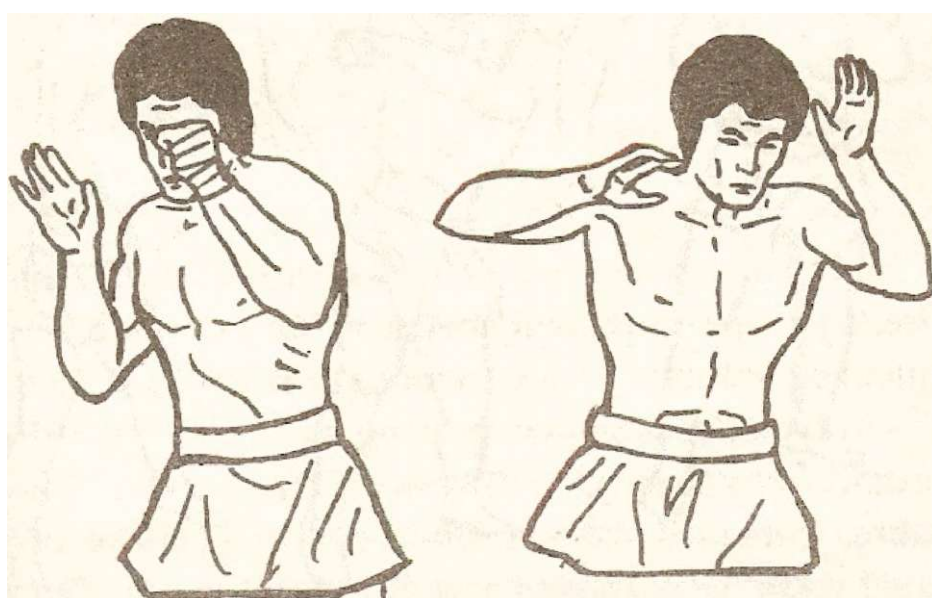
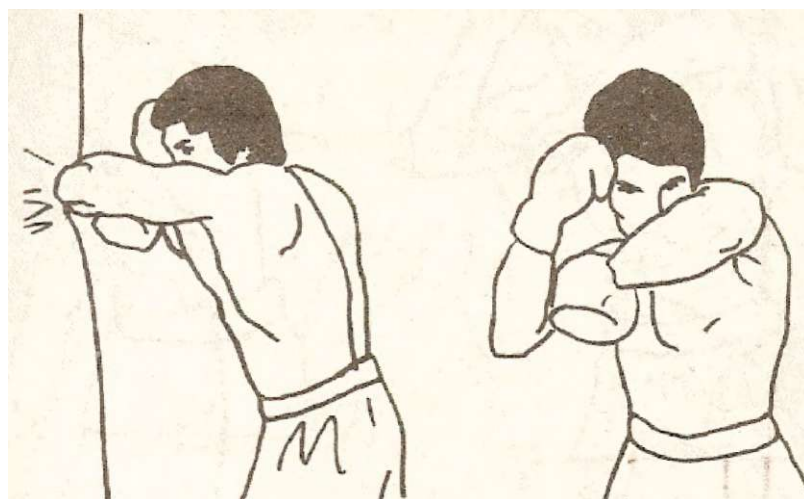


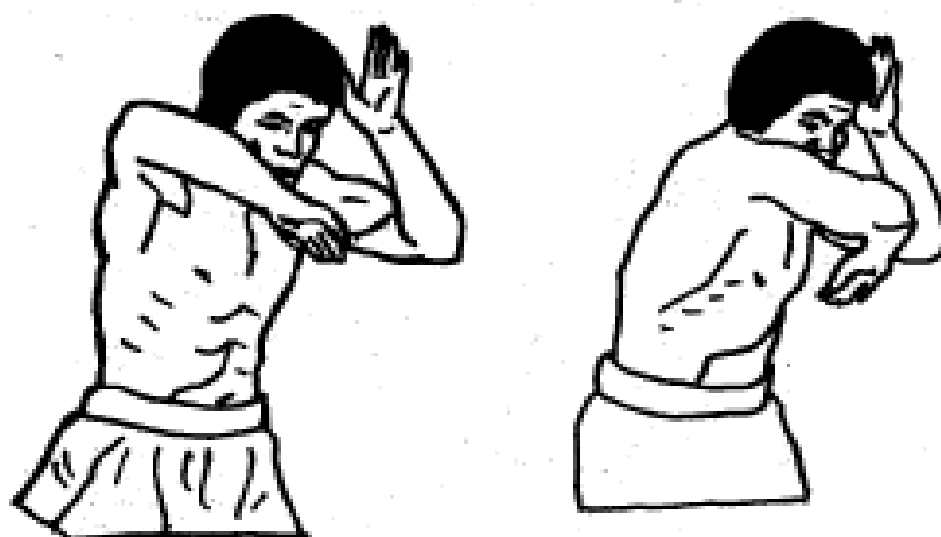


360°

- , :
- . -
- . -
- « », . . -
- .
- , , -
- . -
- . -
- . , -
- . -
- . -



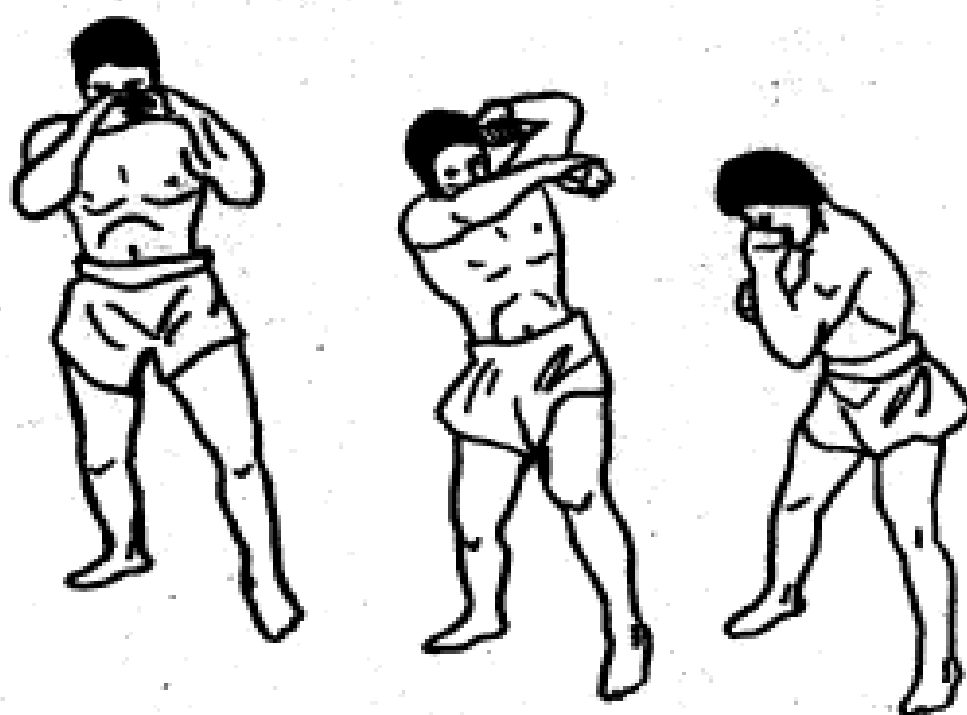


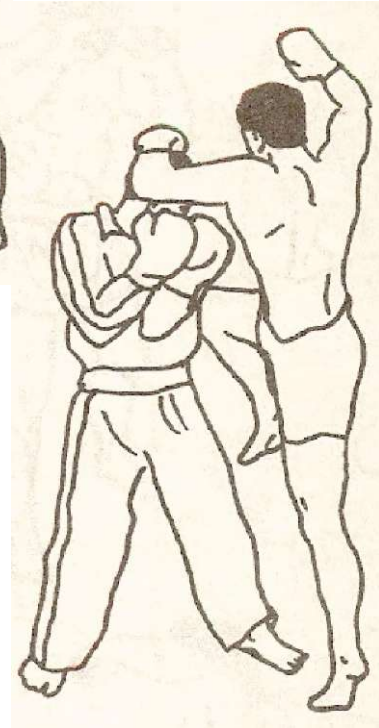
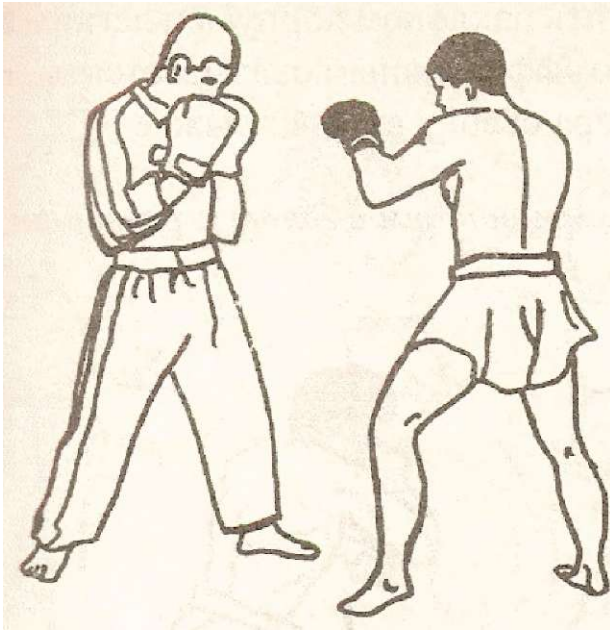


Основные ошибки, возникающие при выполнении боковых ударов локтями:

- *Отсутствие защиты.*
- *Удар наносится одной рукой, без включения корпуса.*
- *Чрезмерное проваливание вперед в момент удара.*

Удар локтем сверху вниз (нисходящий)





,

,

,

.

-

-

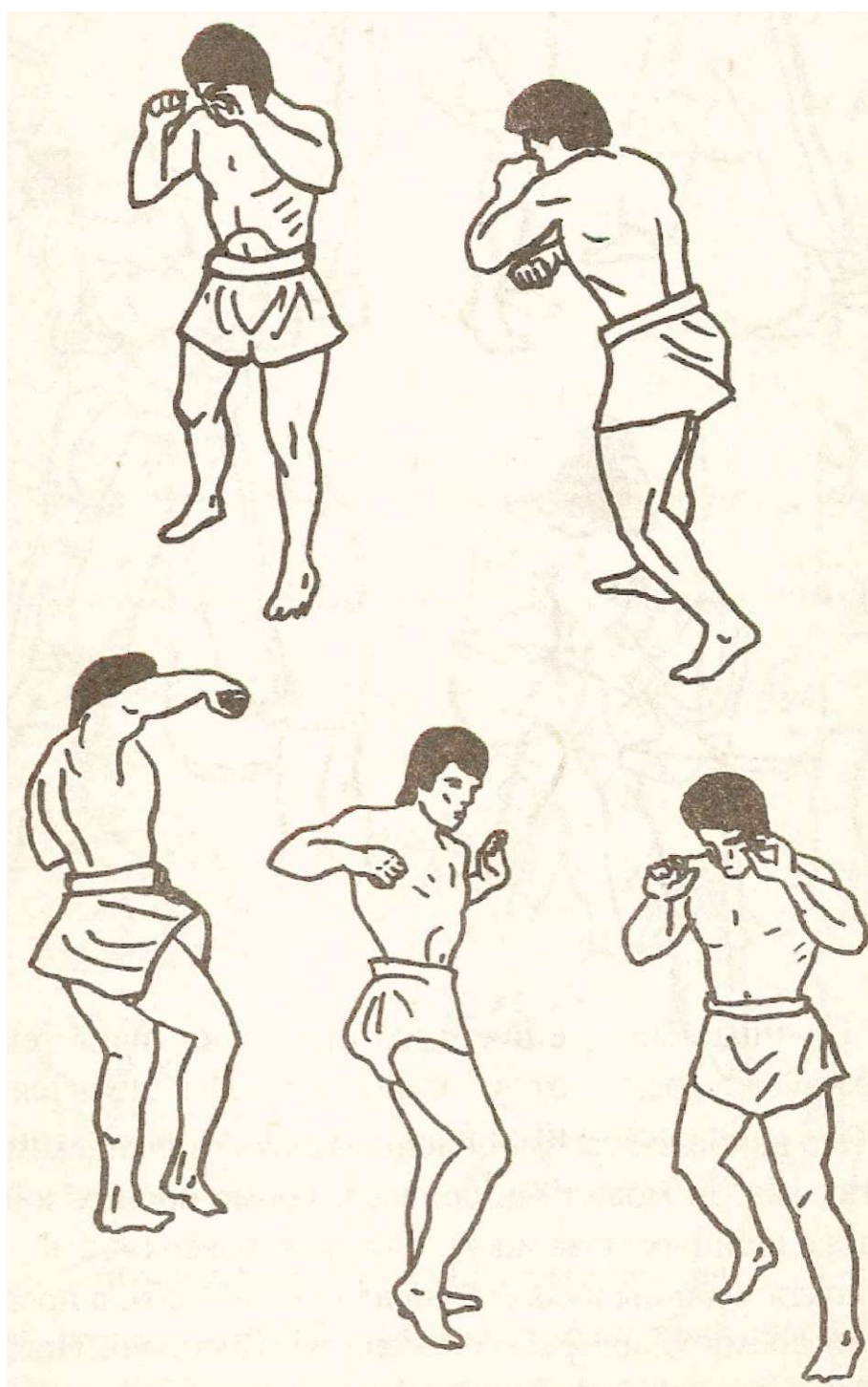
,

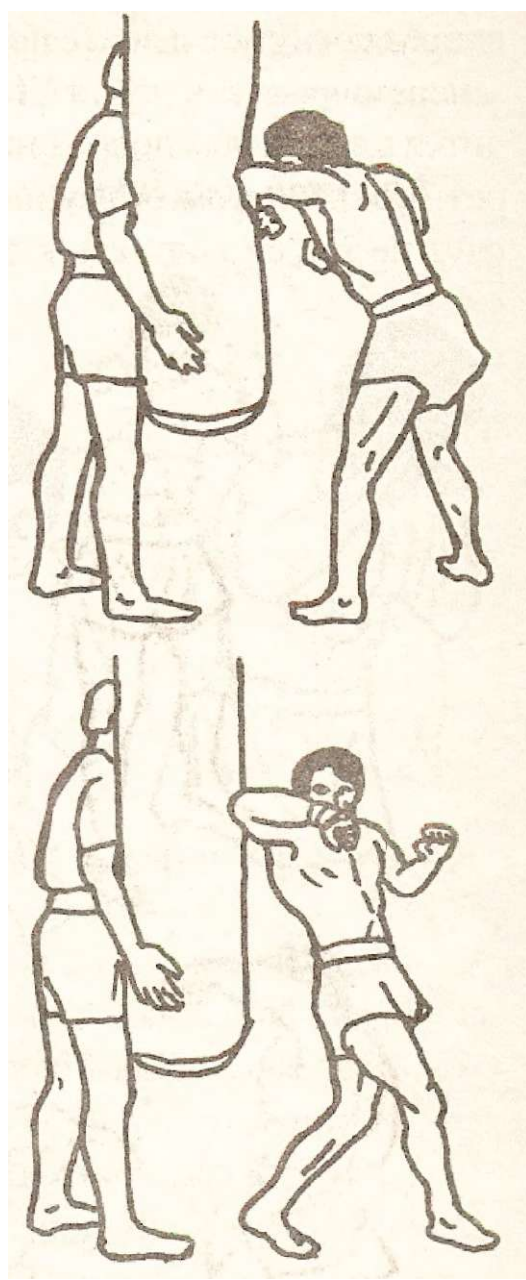
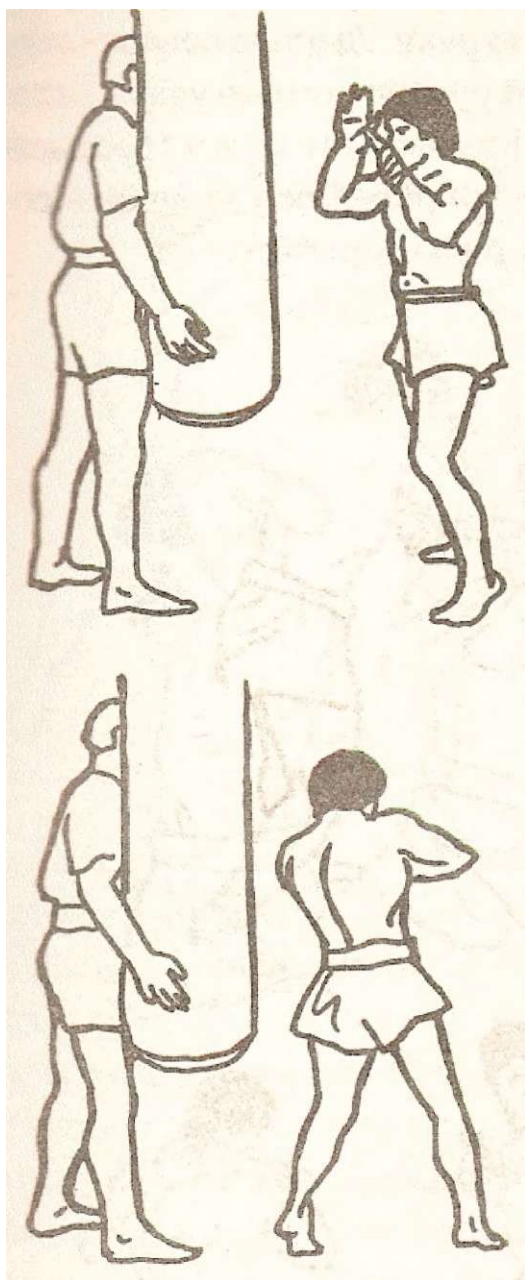
,

.

-

-





(-), -

.

()

,

,

-

« — »

,

.

-

.

-

.

,

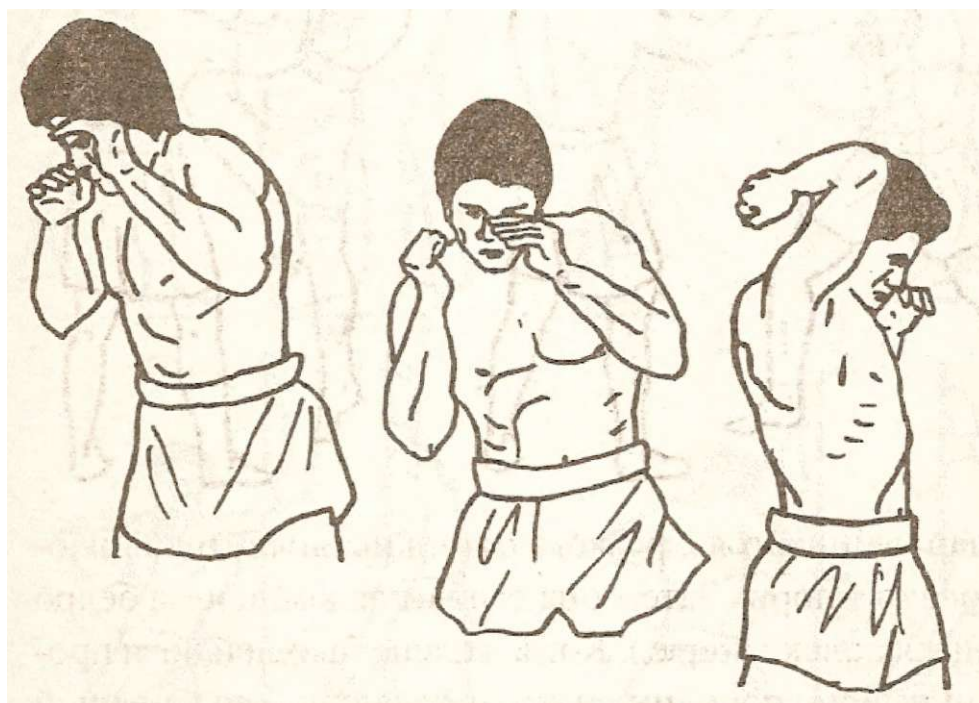
-

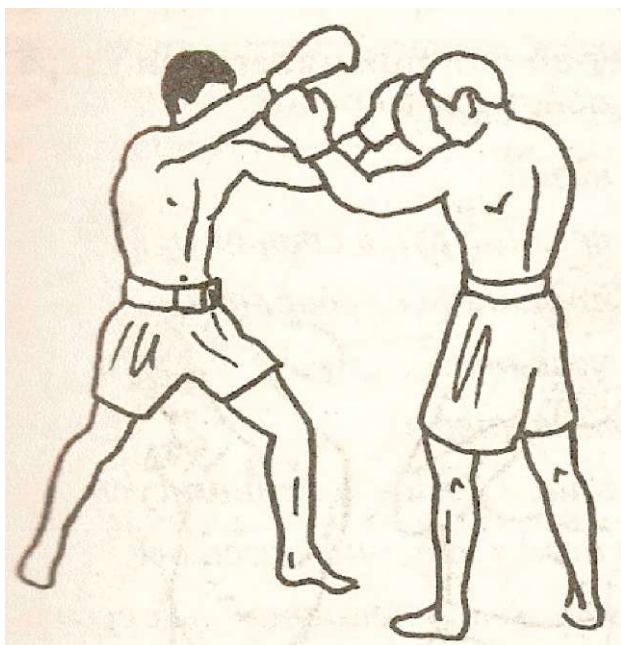
,

-

,

.





« — »

,

•

• •

•

•

•

•

•

•

•

—

•

$$\vdots$$

•

,

•

,

,

,

•

.

•

—

•

•

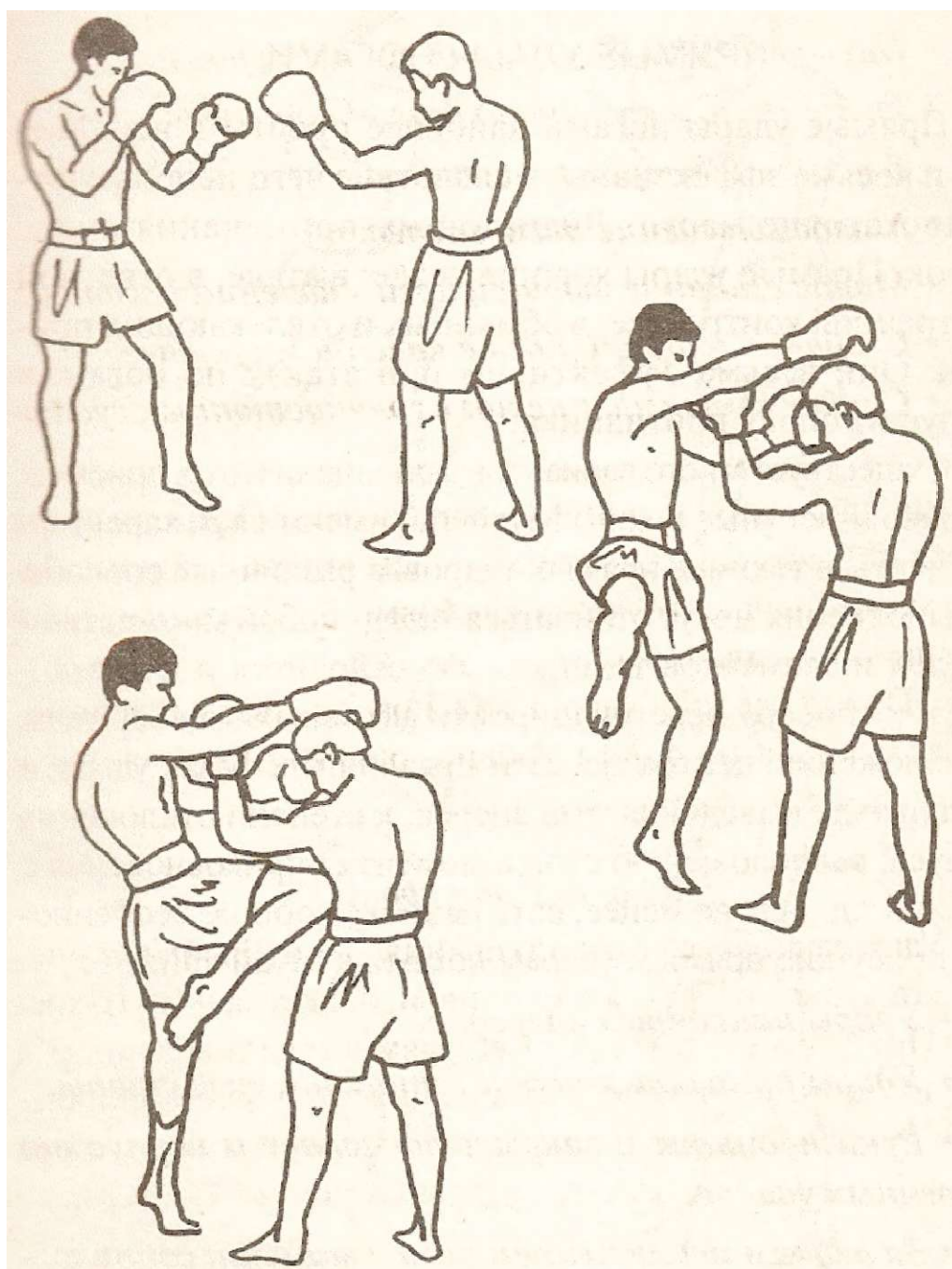
—

•

,

« — »

, , -
-
.
,
.
,
.



«. — »

,

.

-

,

,

-

.

-

.

.

-

-

,

.

:

.

,

,

-

.

,

.

.

-

-

,

-

.

,

.

,

,

,

. . .

,

-

,

-

:

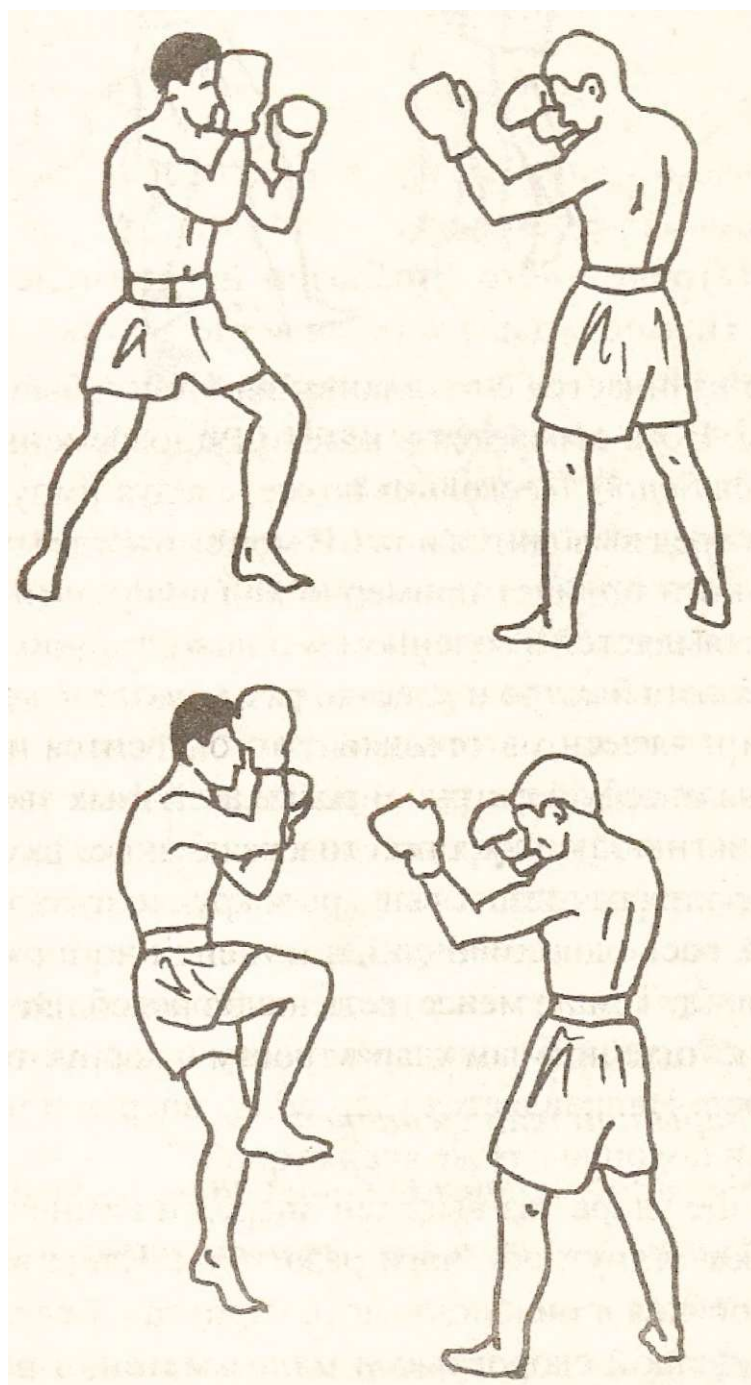
.

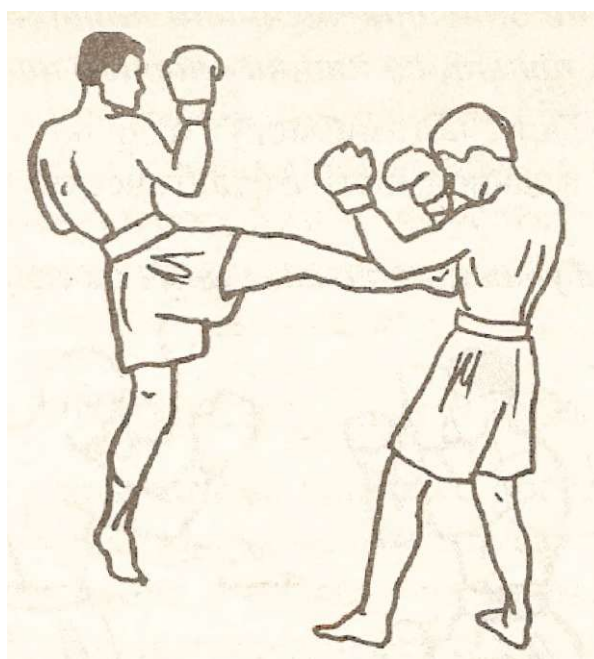
.

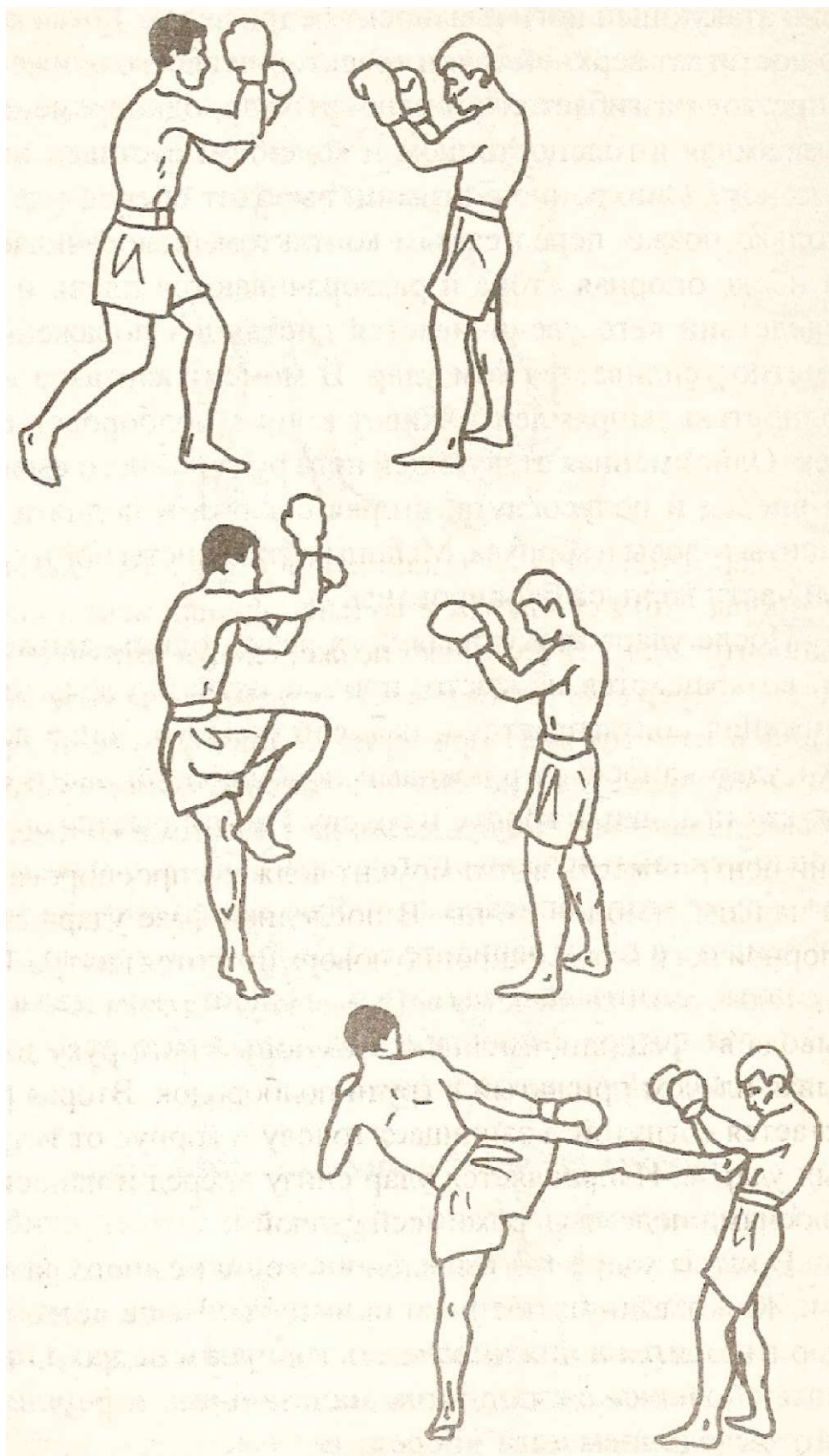
.

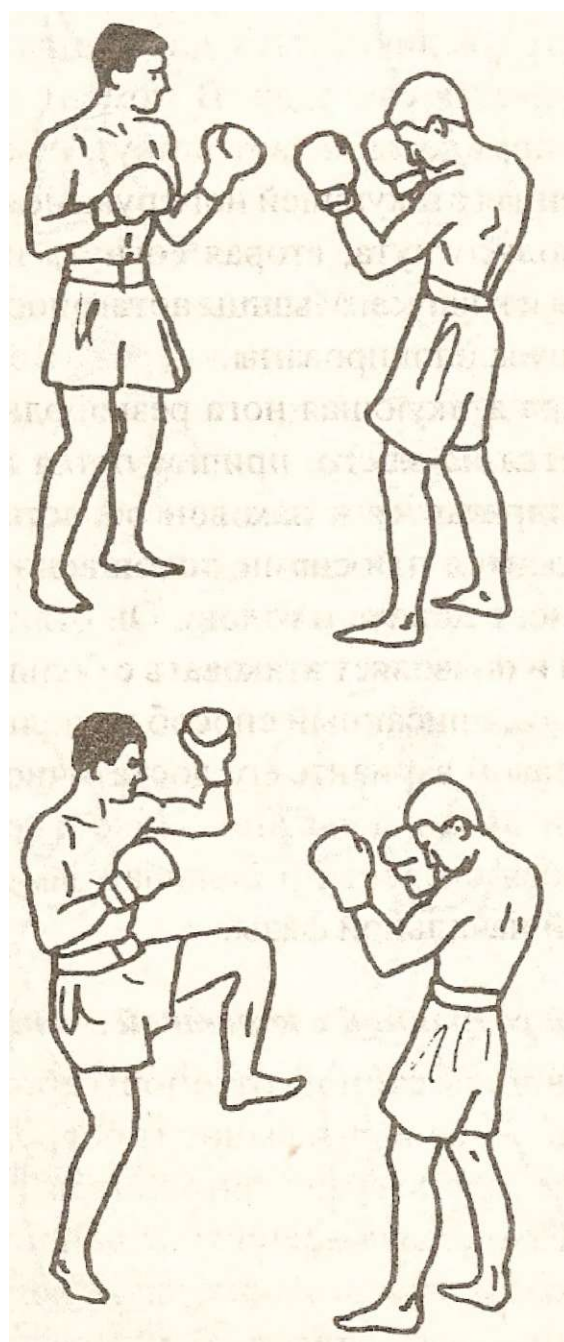
-

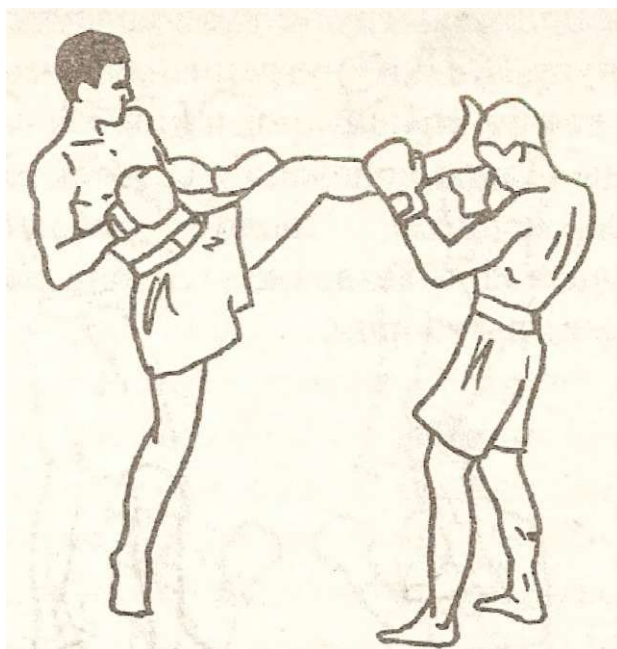
.

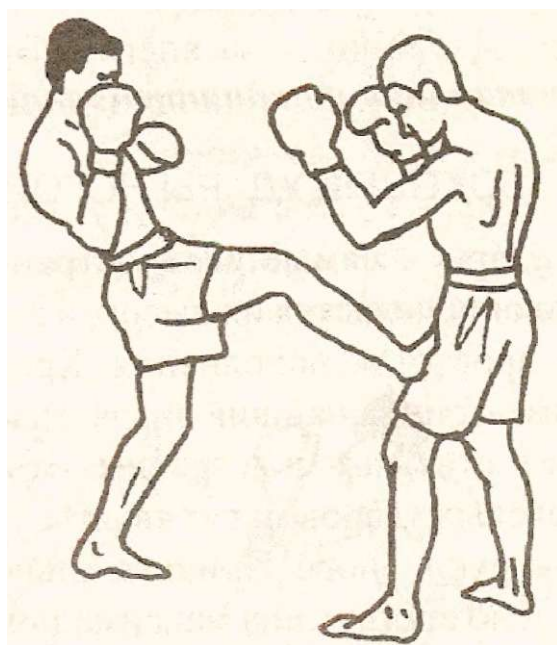
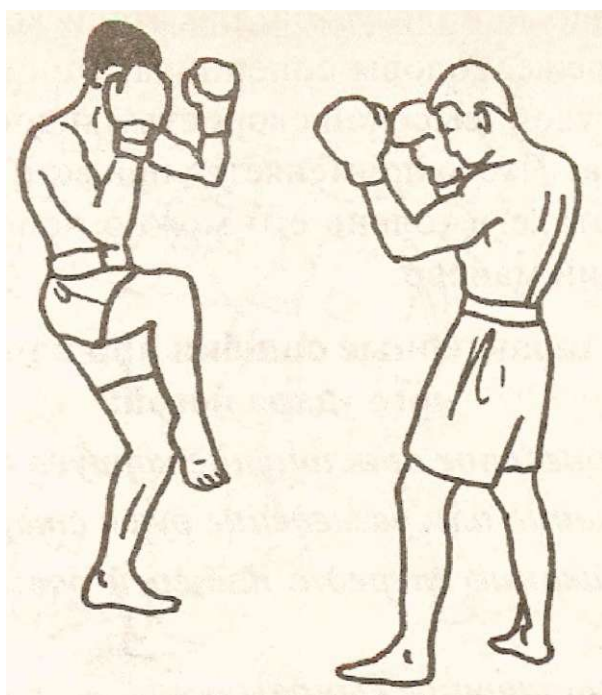












« — »

‘ ‘

•

•

—

•

•

•

•

—

•

•

—

— •

;

• ,

9 . -

$$\vdots$$

’ , , •

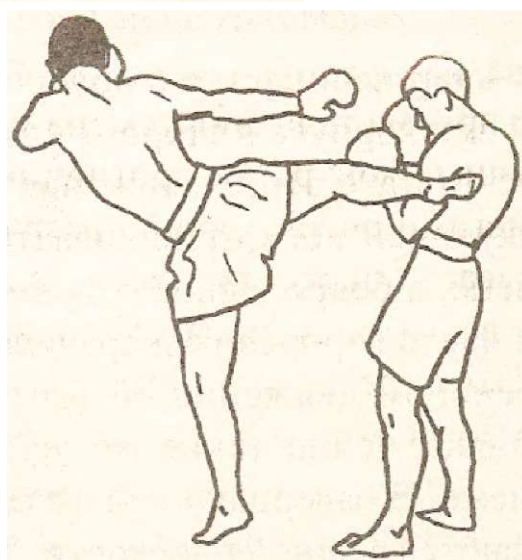
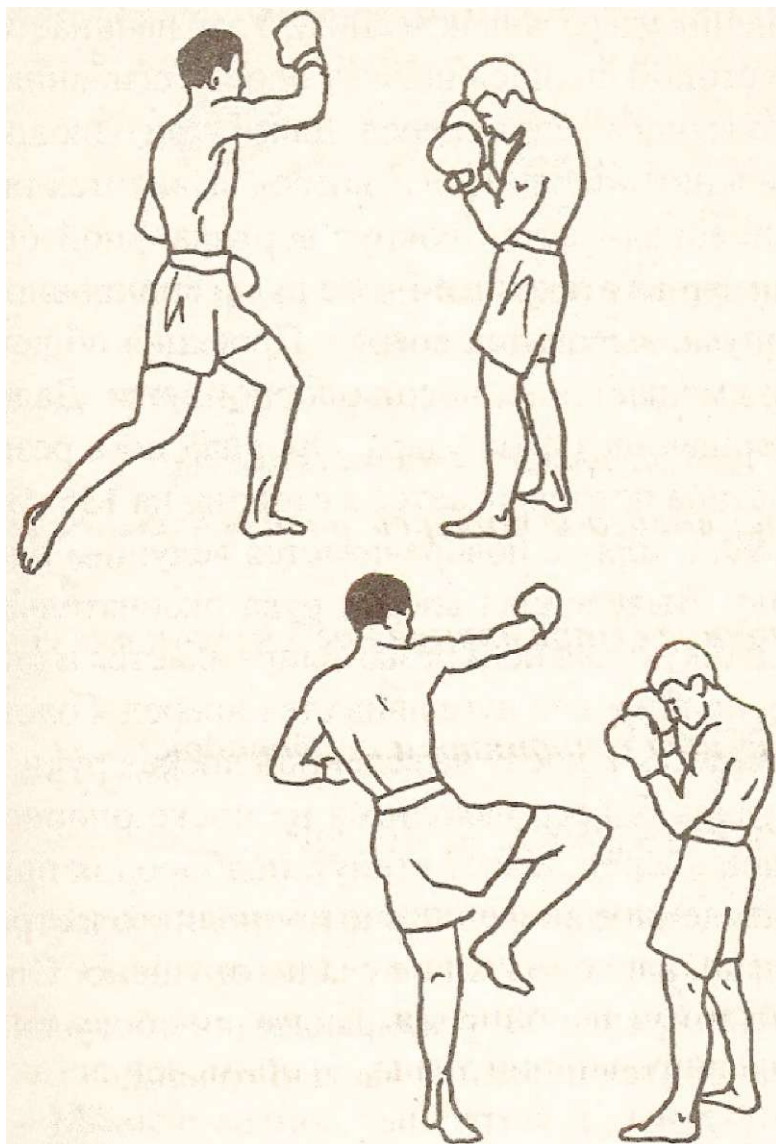
.

—

•

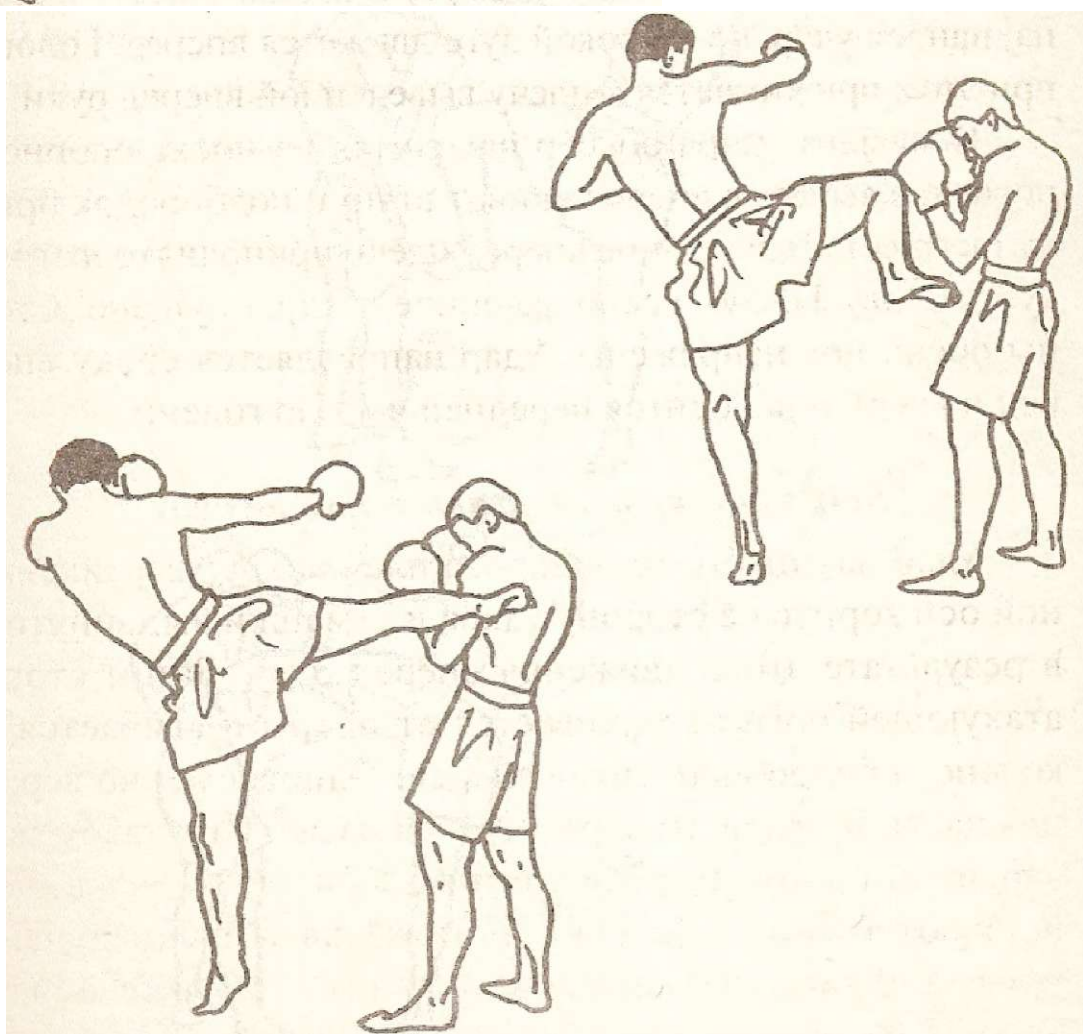
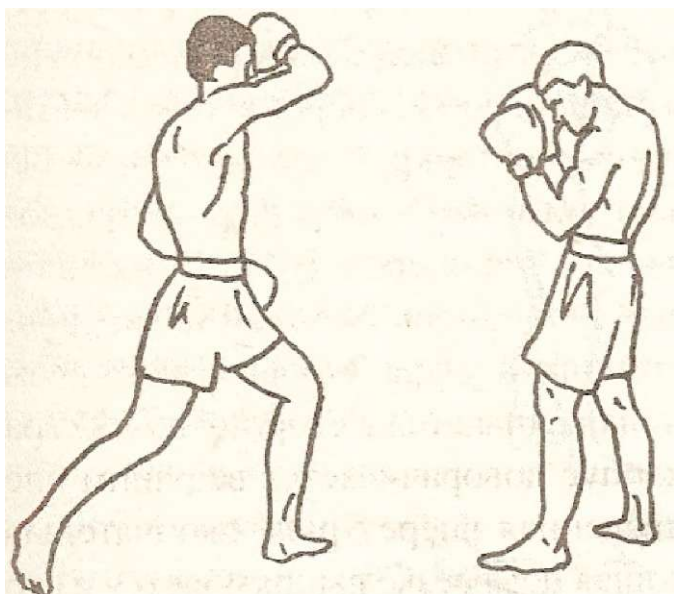
— — — — —

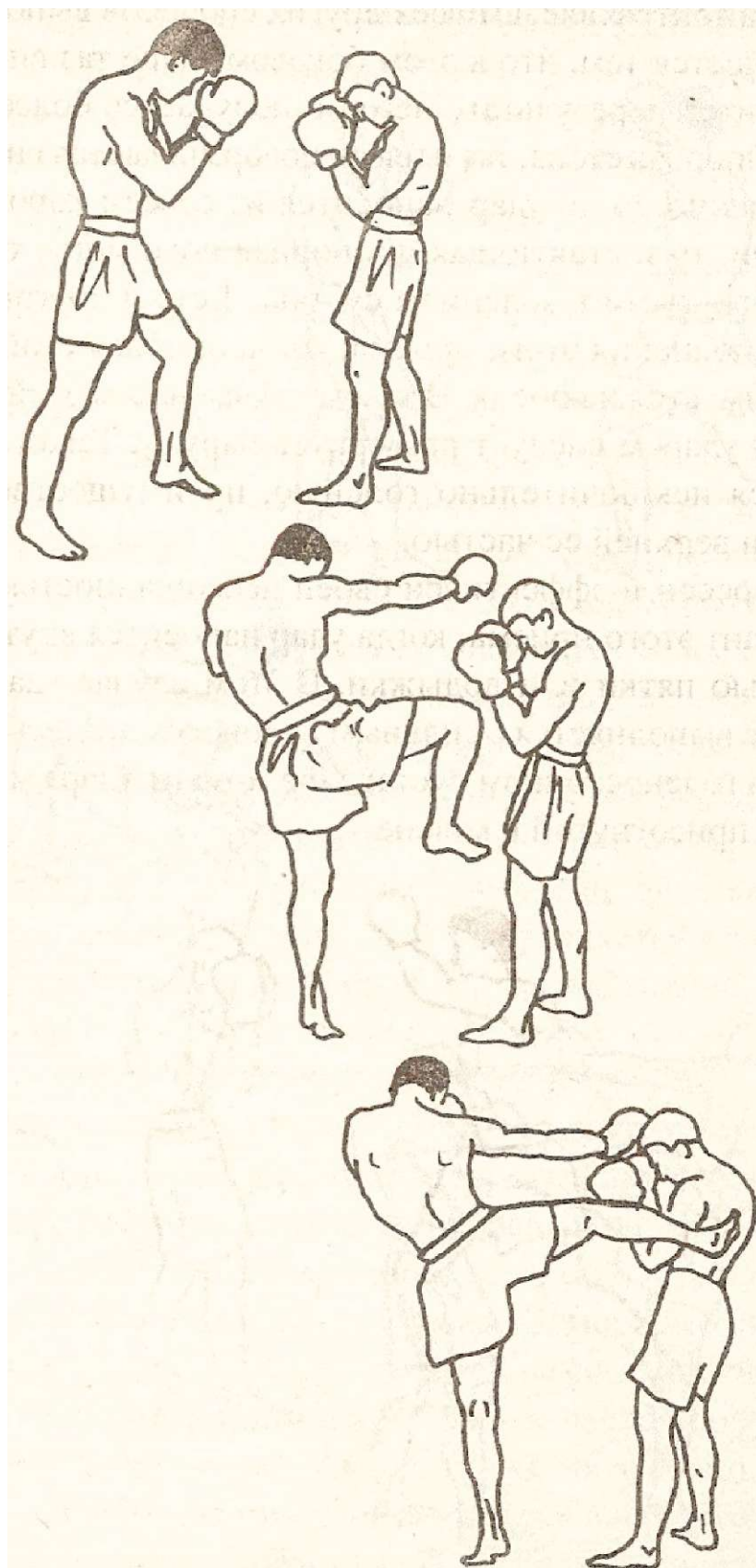
• , , , —

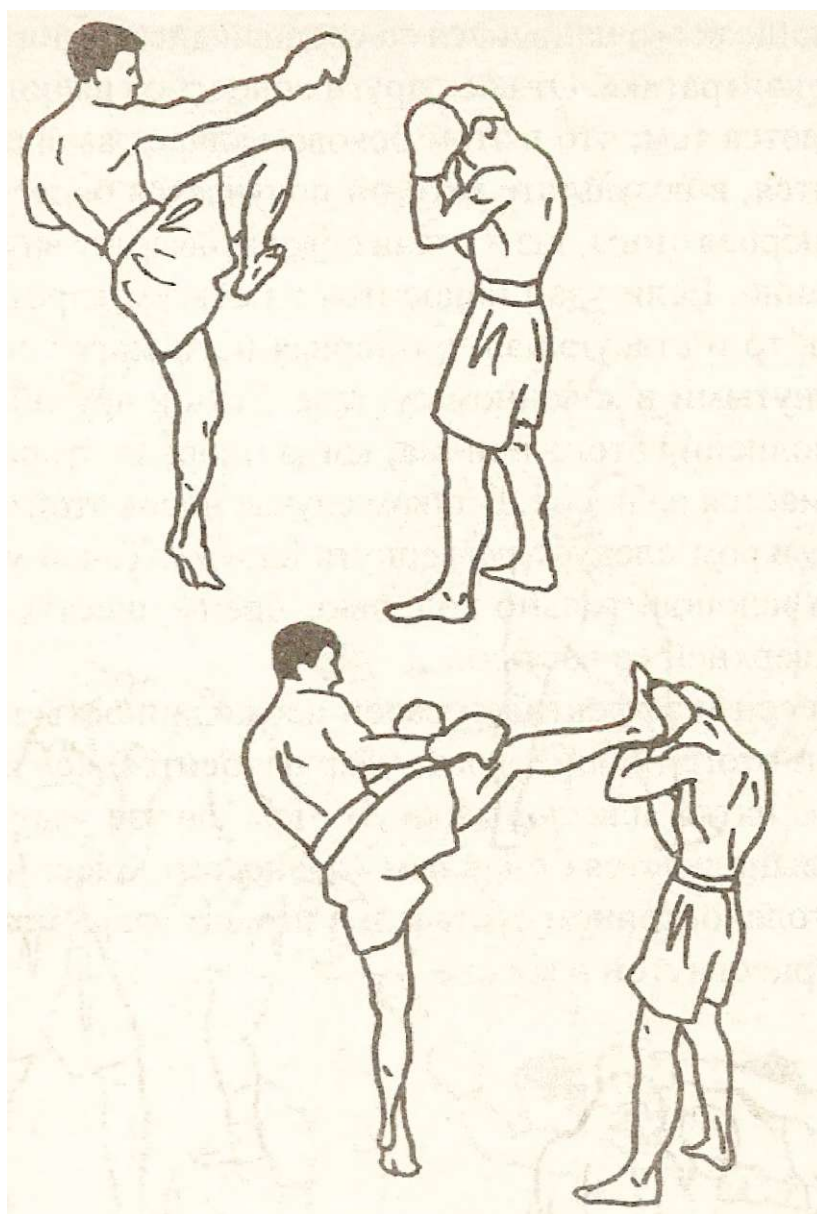


,

.



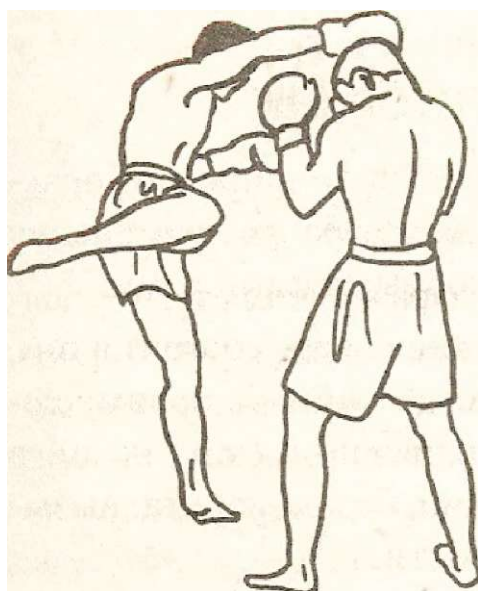
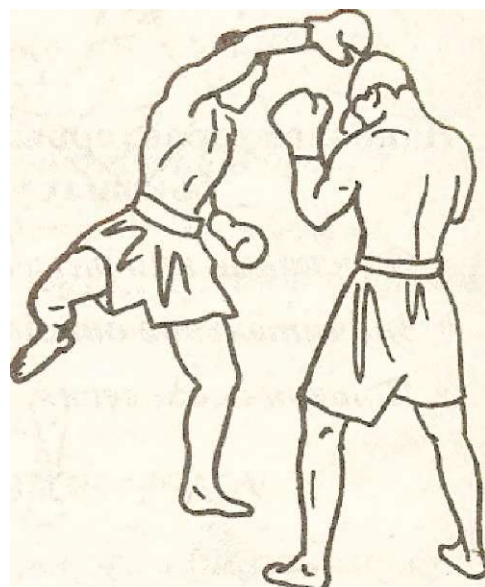
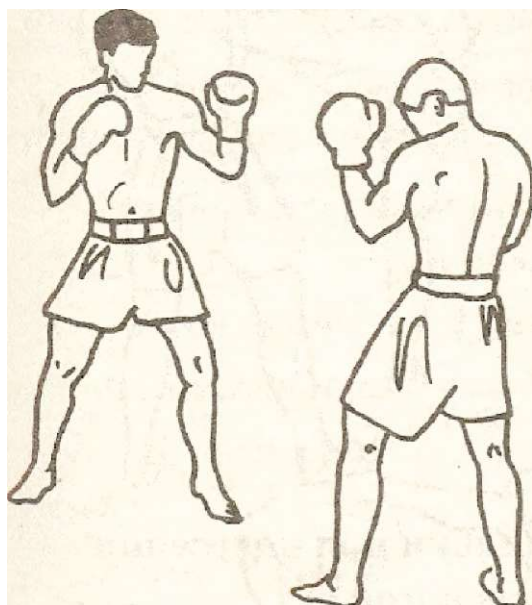




—
·
—
—
—
·
·
·

« » .

·
·
·



« - »



:

-
-
-

УДАРЫ НОГОЙ В СТОРОНУ

1. , - , - , , -
2. -

« - »

,

:

• •

• , •

• •

-

().

:

• •

• •

• •

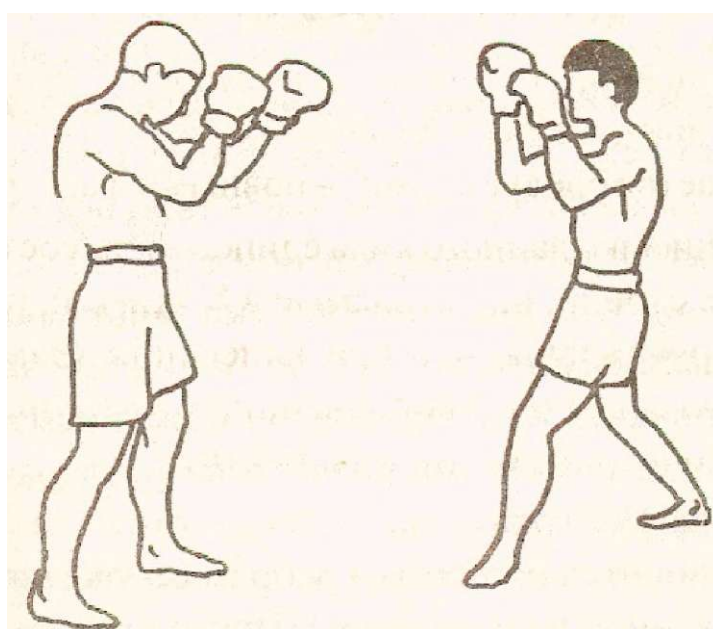
• •

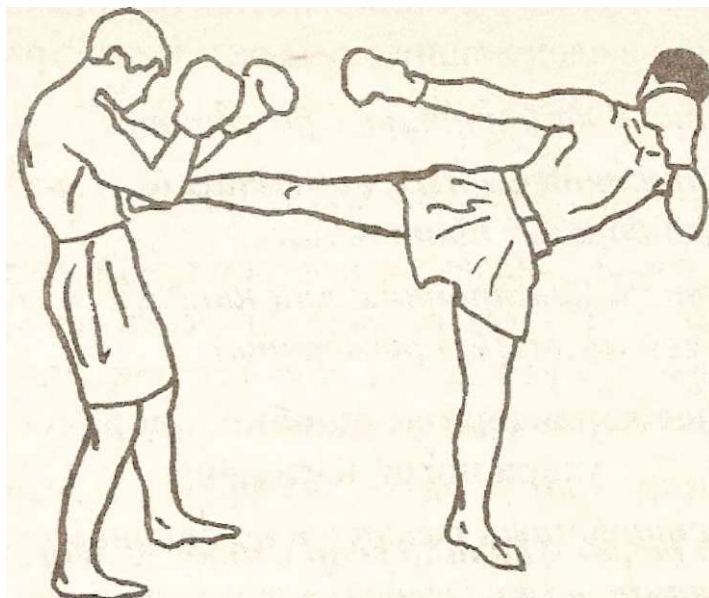
• •

• •

,

•



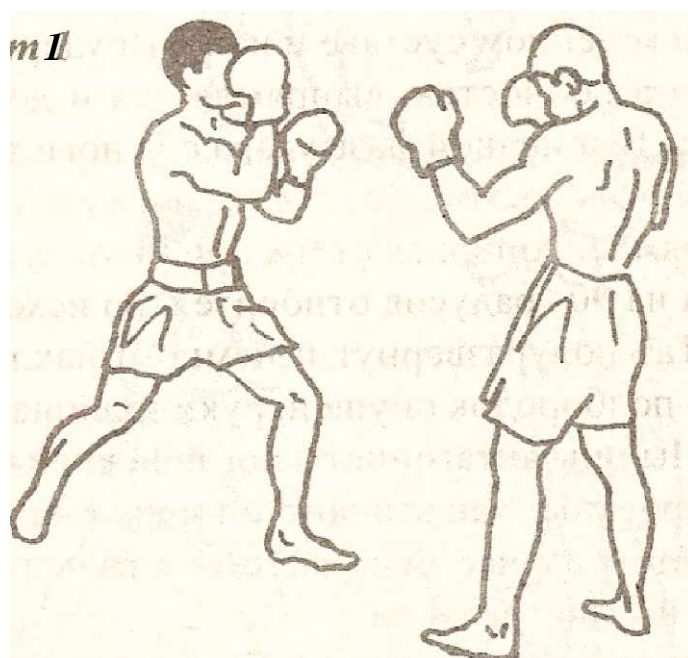


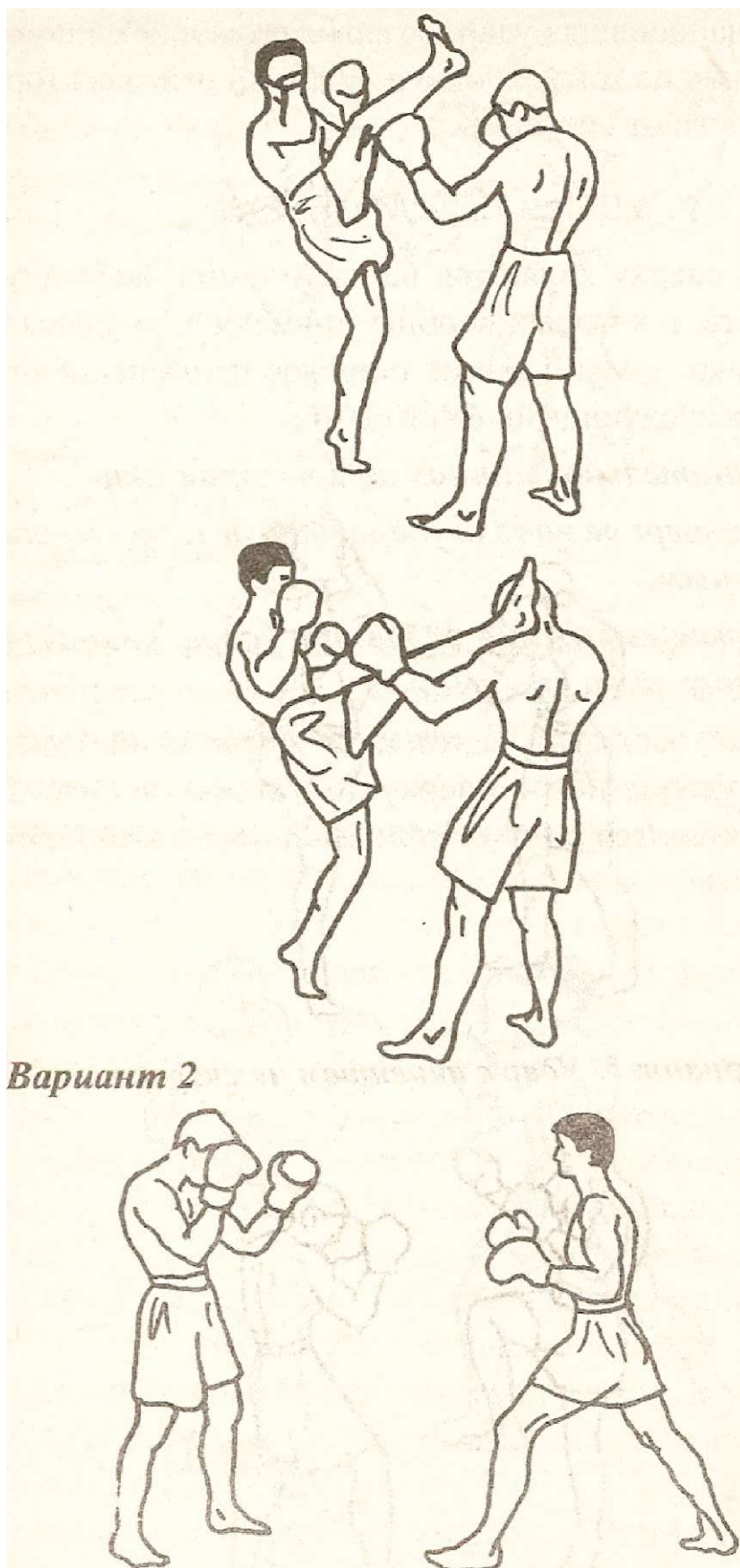
« - »

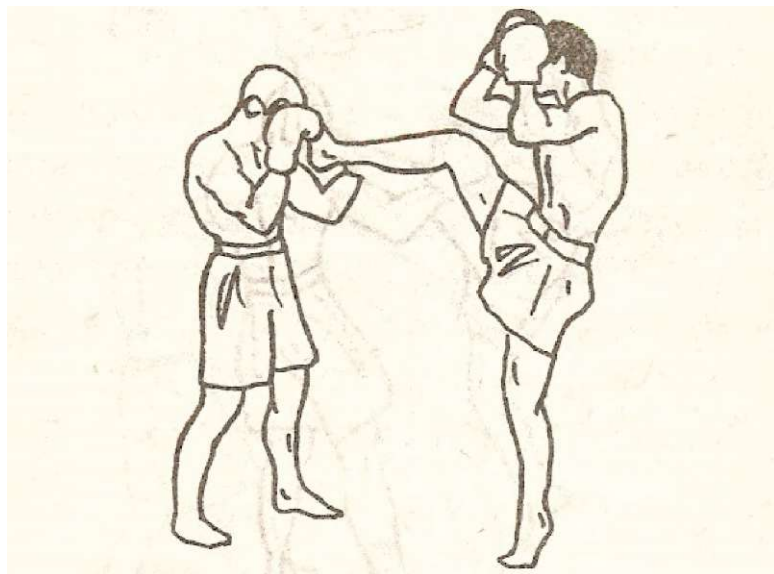
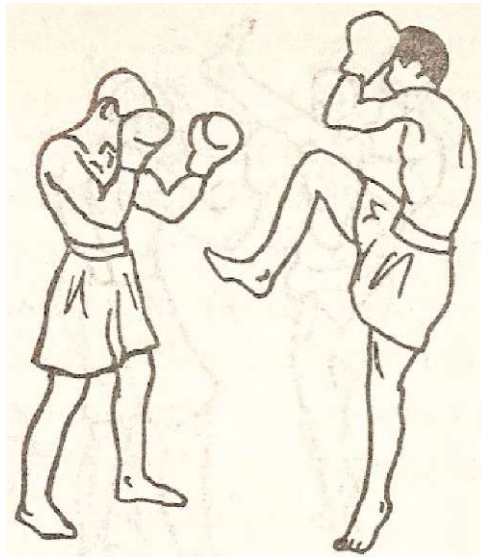
, , -
 , ,
 .

УДАРЫ НОГОЙ СВЕРХУ

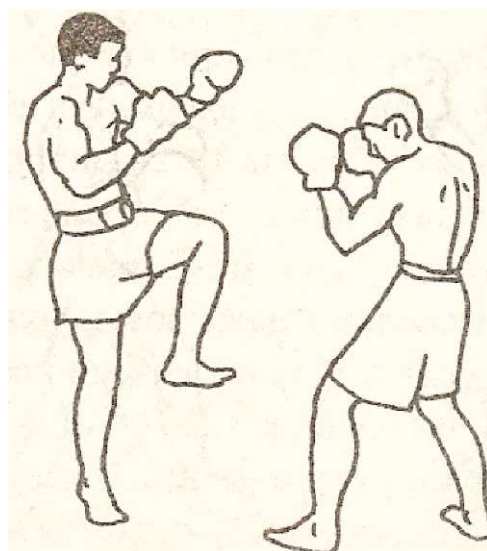
, -
 . , -
 :
 .
 , -
 .
 , -
 .

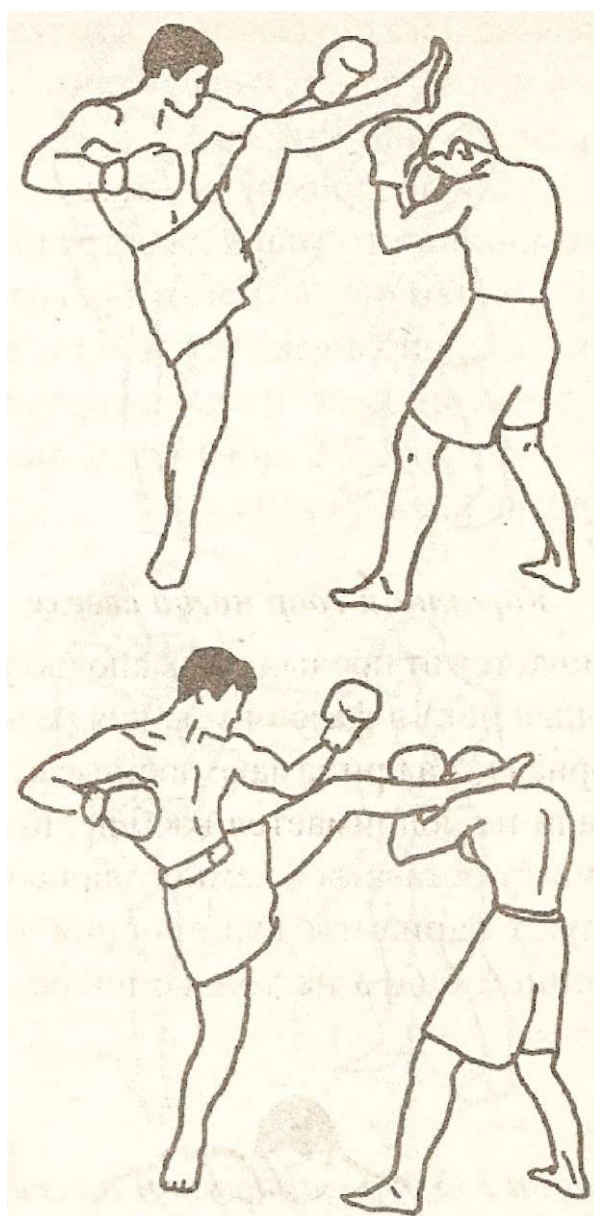


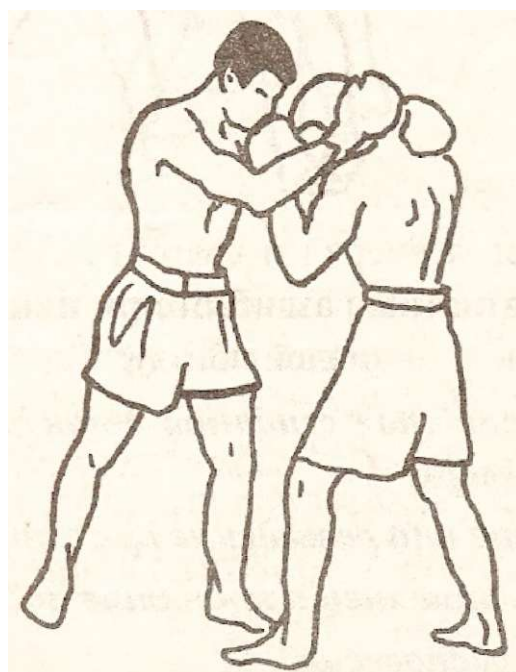


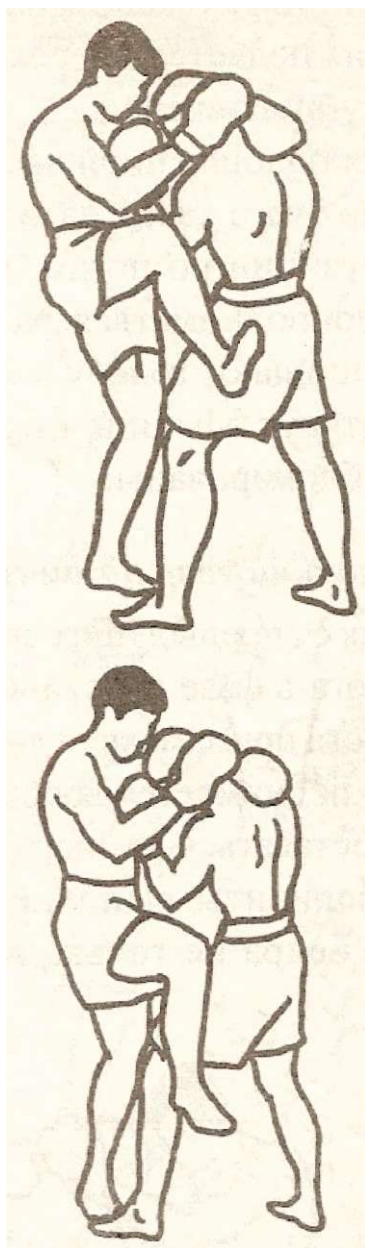


3.









:

•

•

•

•

•

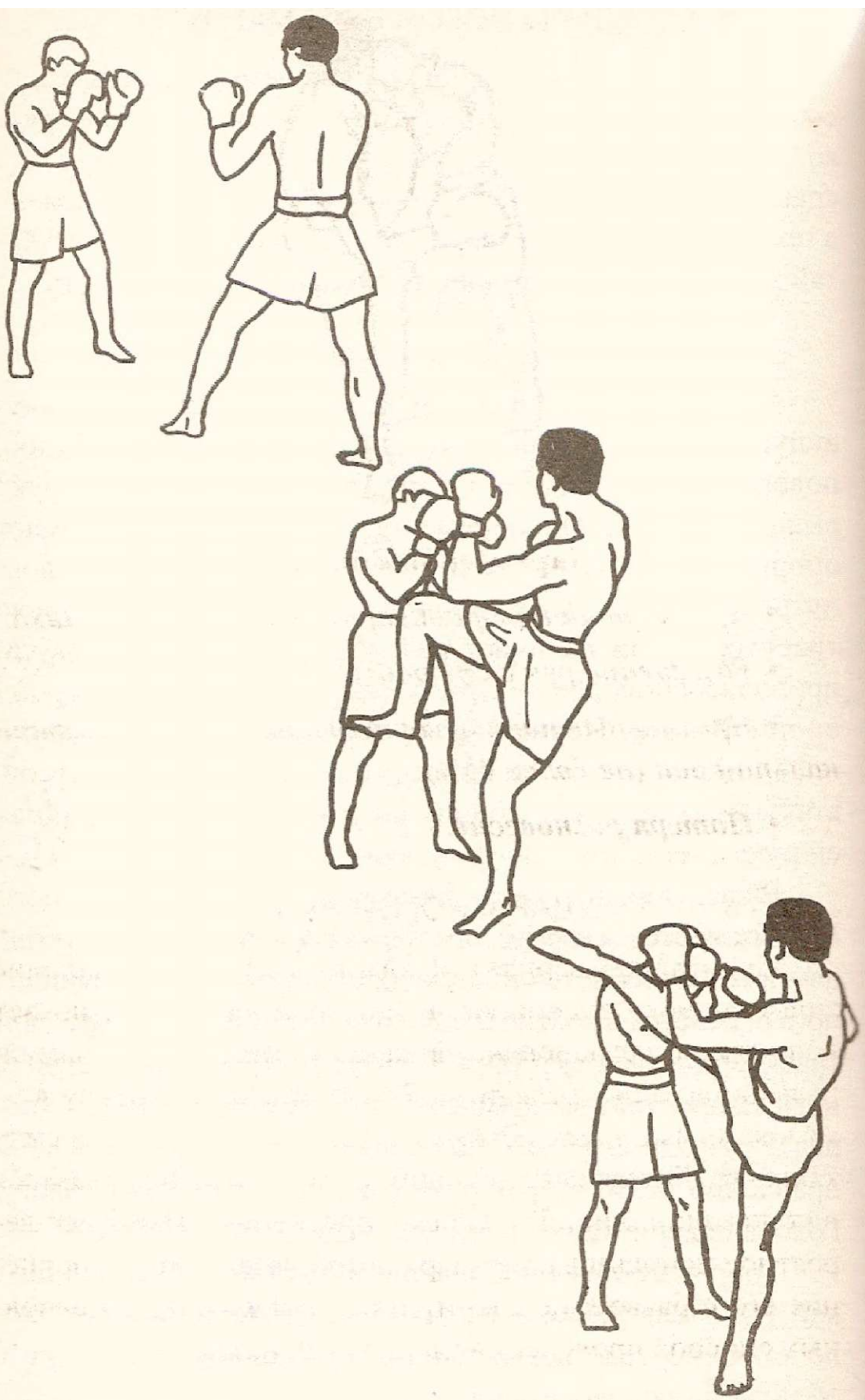
•

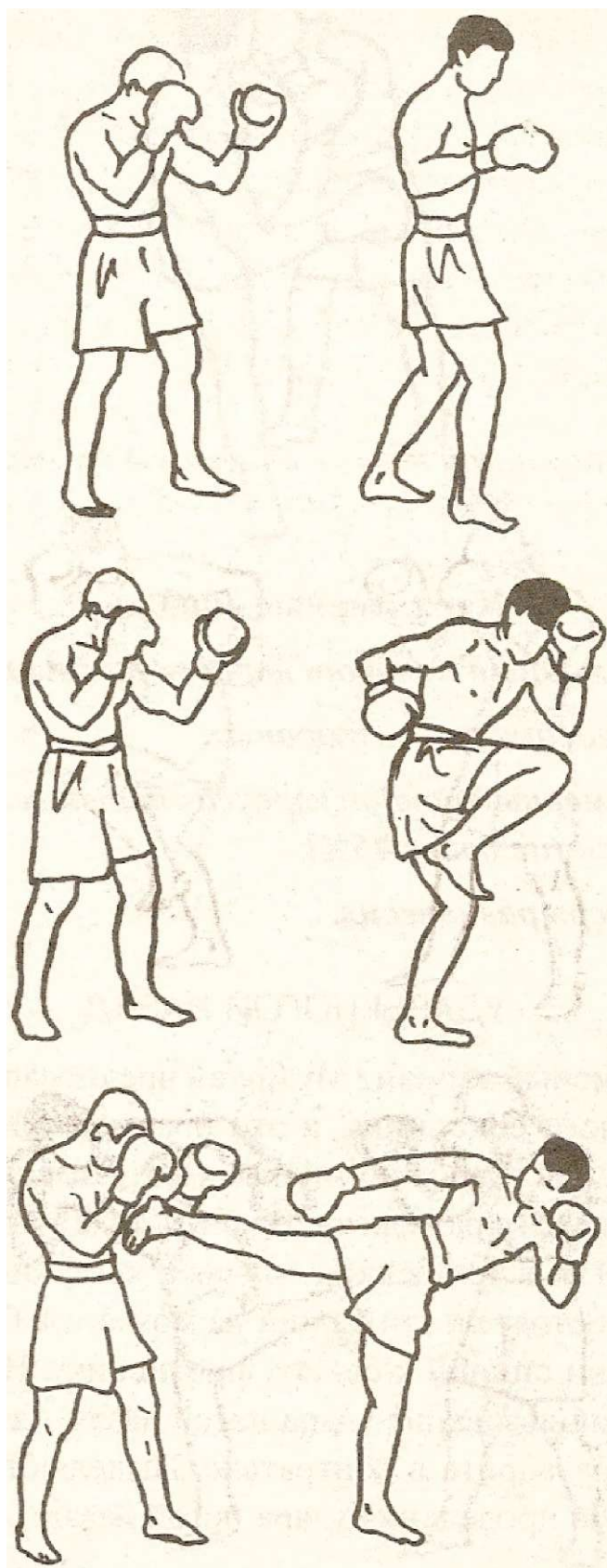
•

•

« — »

УДАРЫ НОГОЙ НАОТМАШЬ





« - »

, -

, ,

, , -

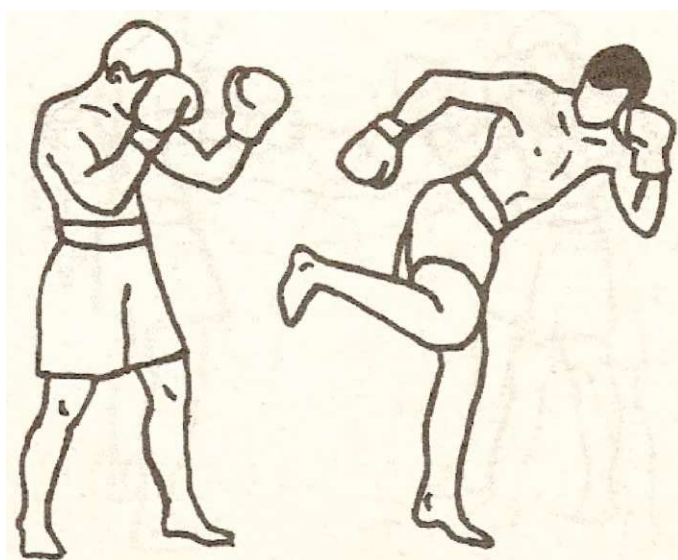
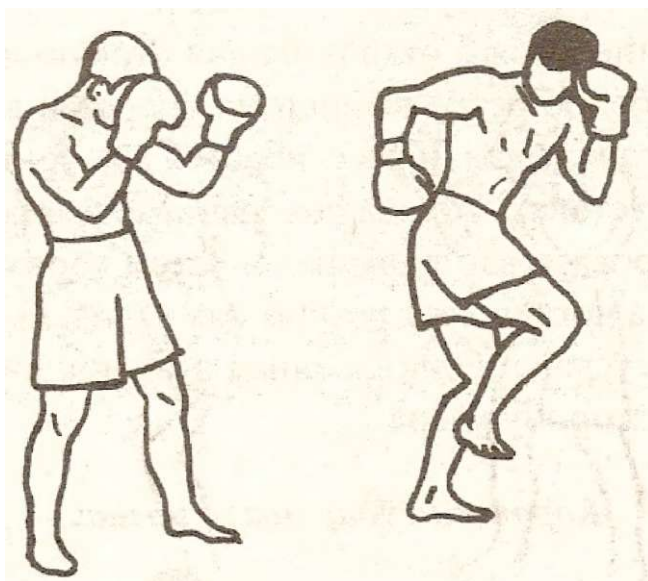
.

.

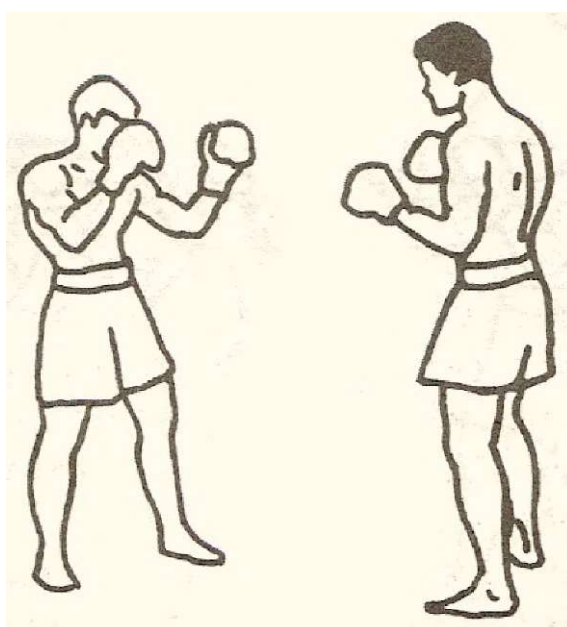
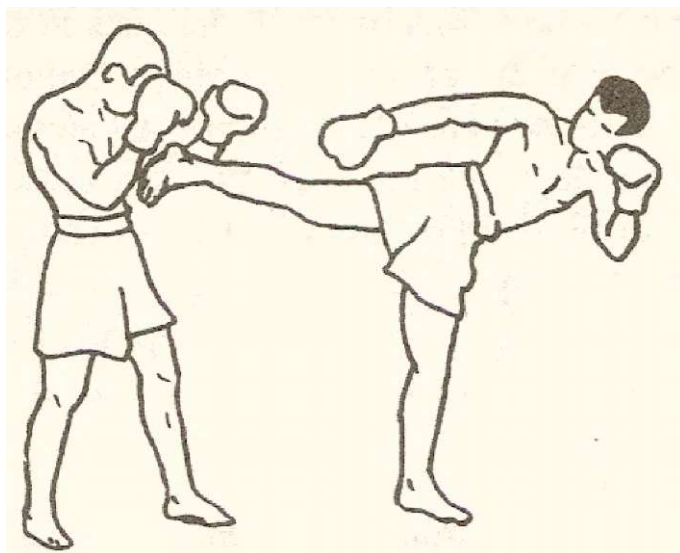
.

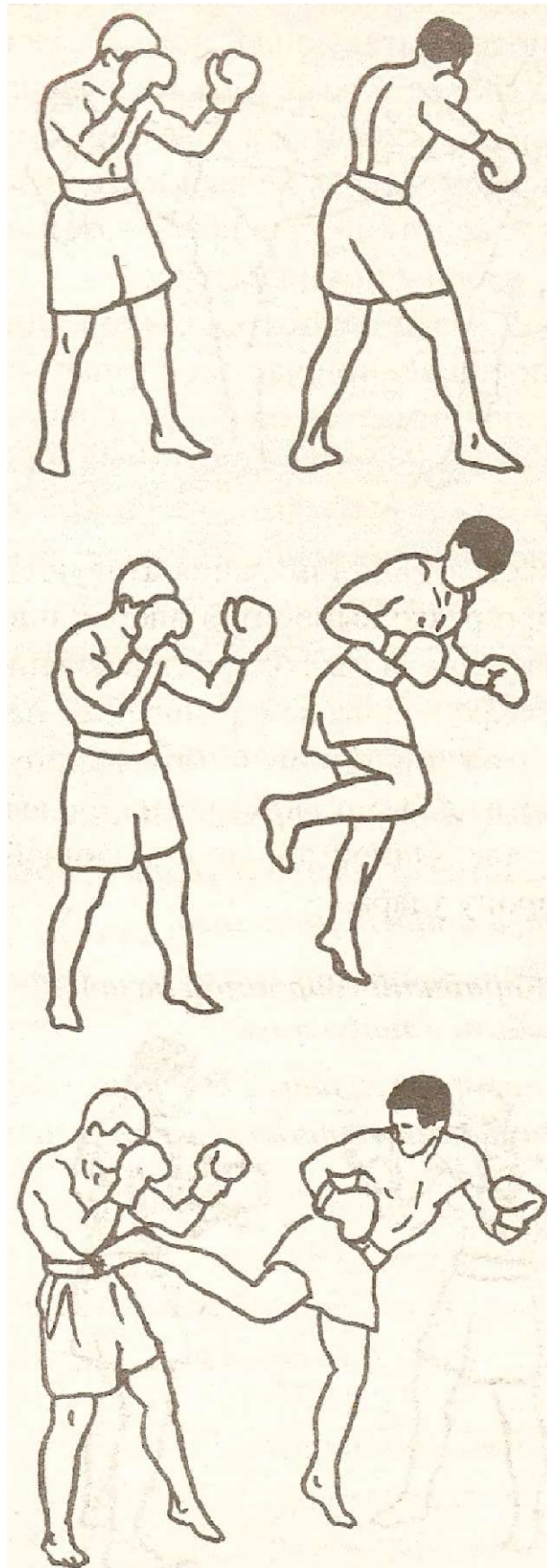
.

45°



« — »

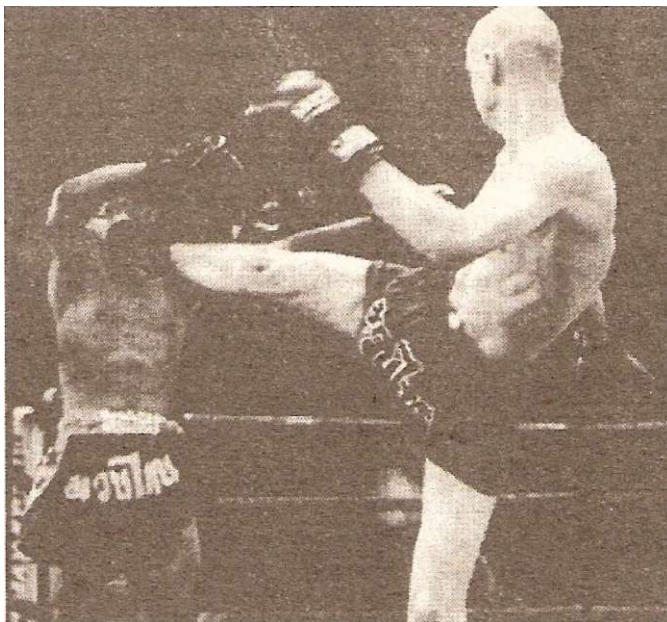




« — »»



**Президиент IKF Стив Фоссум, Д. Шакута, председатель
коллегии судей РВ А. Кемен.**



Евгений Гвоздев

15-30

БОЙ С ТЕНЬЮ

« - »

. -
-

,

-

. « » -

, -

.

РАБОТА НА СНАРЯДАХ

. -

,

.

,

, -

« » .

, -

,

.

() -

, ,

.

РАБОТА НА ЛАПАХ

. -

, -

,

.

, -

, -

, .

« - »

,

.

РАБОТА В ПАРАХ, СПАРРИНГ

-

-

.

-

.

-

<<

>> ,

-

-

,

.

-

,

-

.

,

,

,

.

,

,

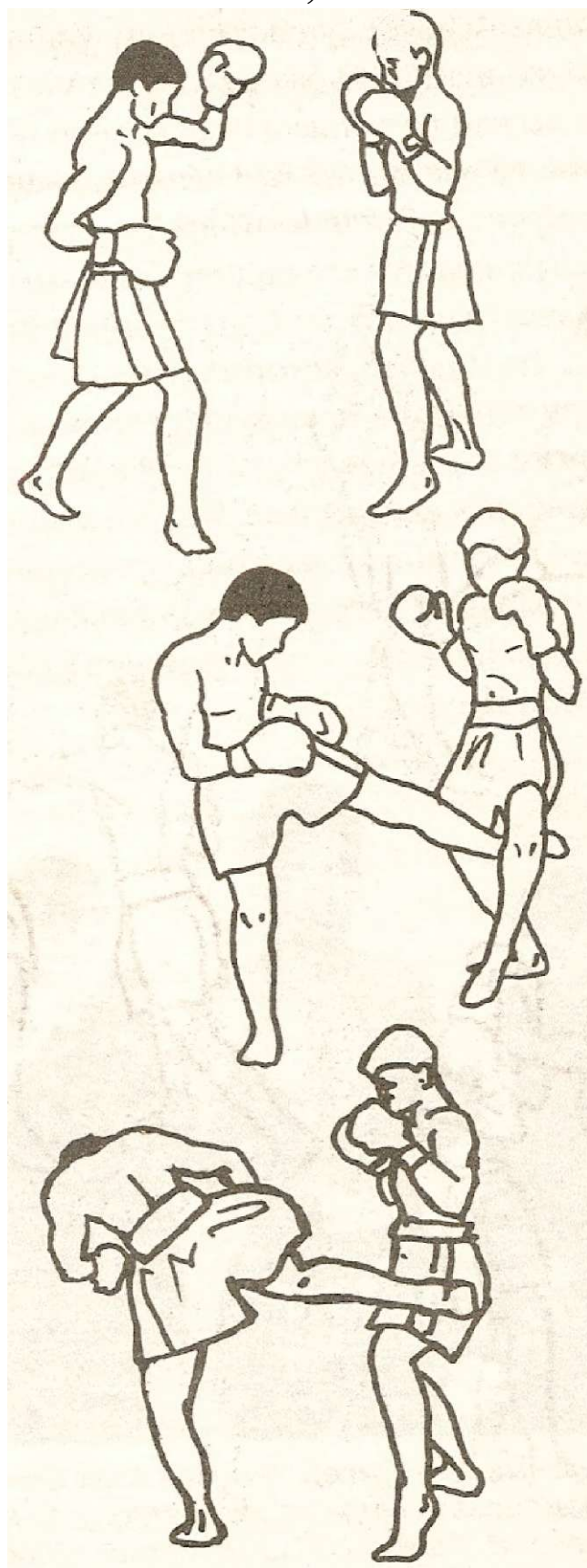
.

(IKF, 2000)

(« »).



Профессиональный тай-боксер, Чемпион Азии Сричан Дан и участники Чемпионата Мира по панкратиону: Р. Колодко, С. Шурко, И. Радюк. (СК JKD) Москва, 2000 г.



« - »

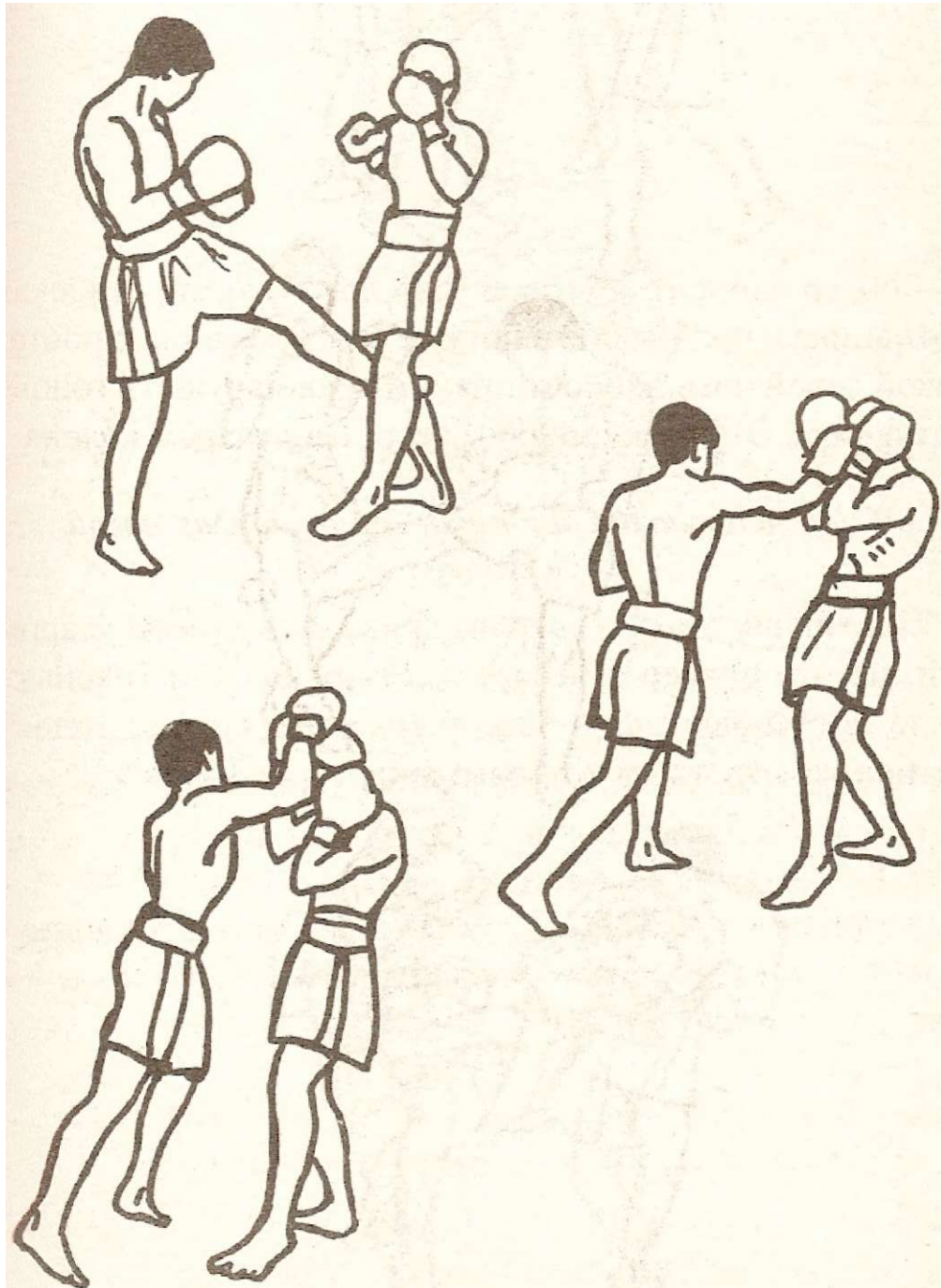
,

,

-

.

2. - , ,



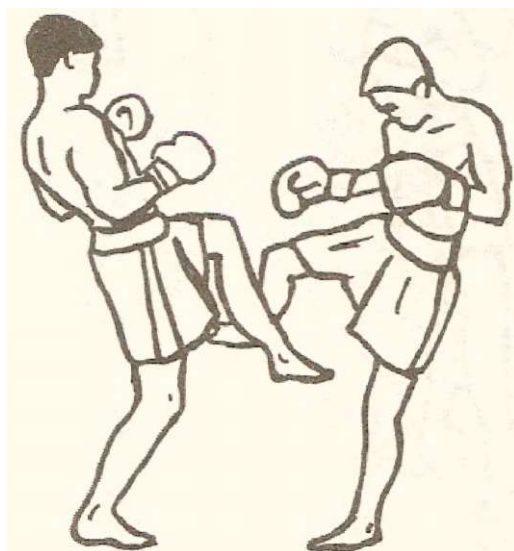
« - »



, -

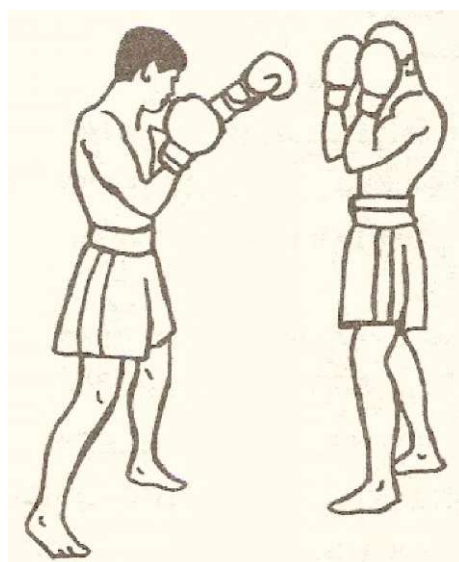
3. - ,

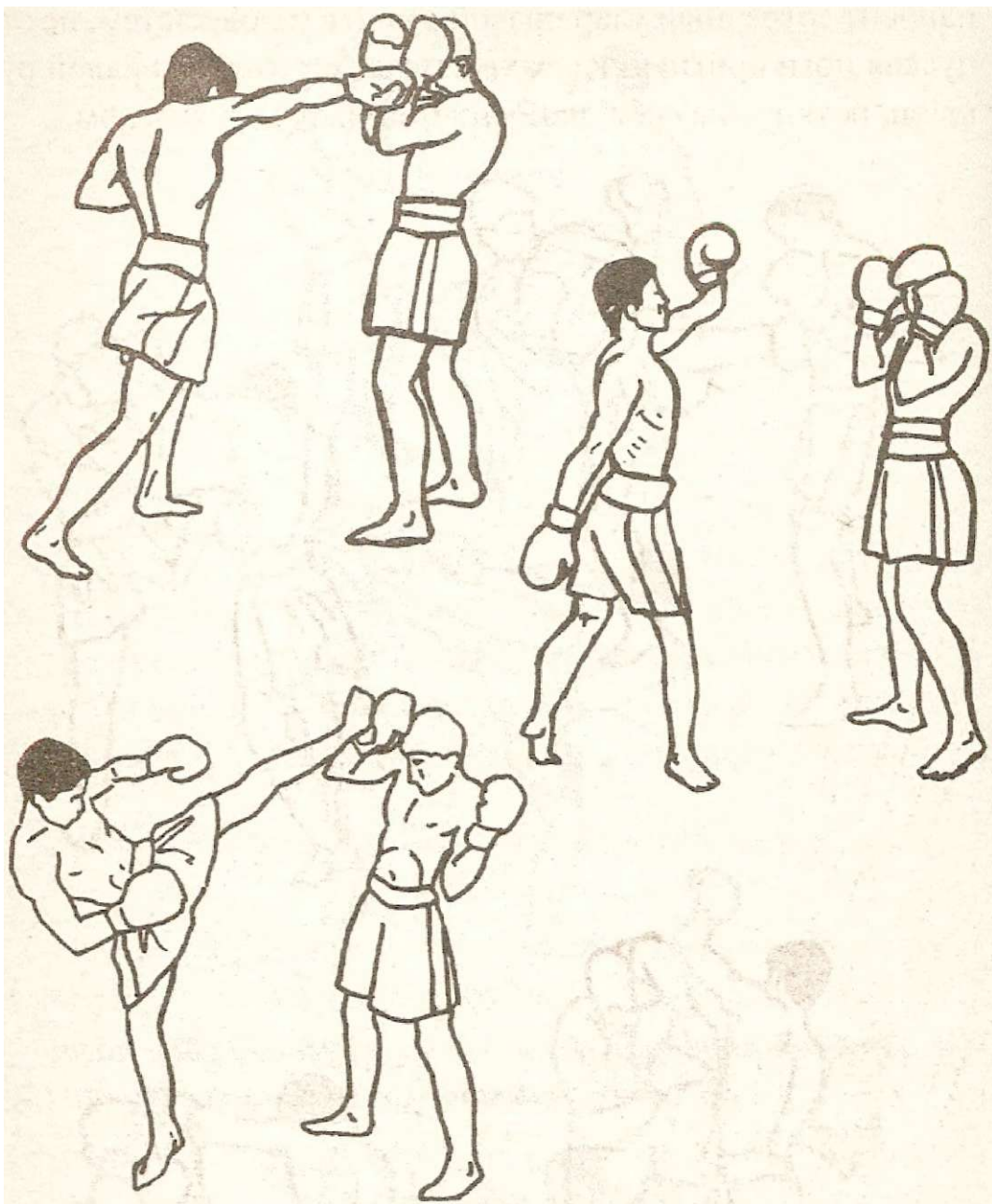
, .



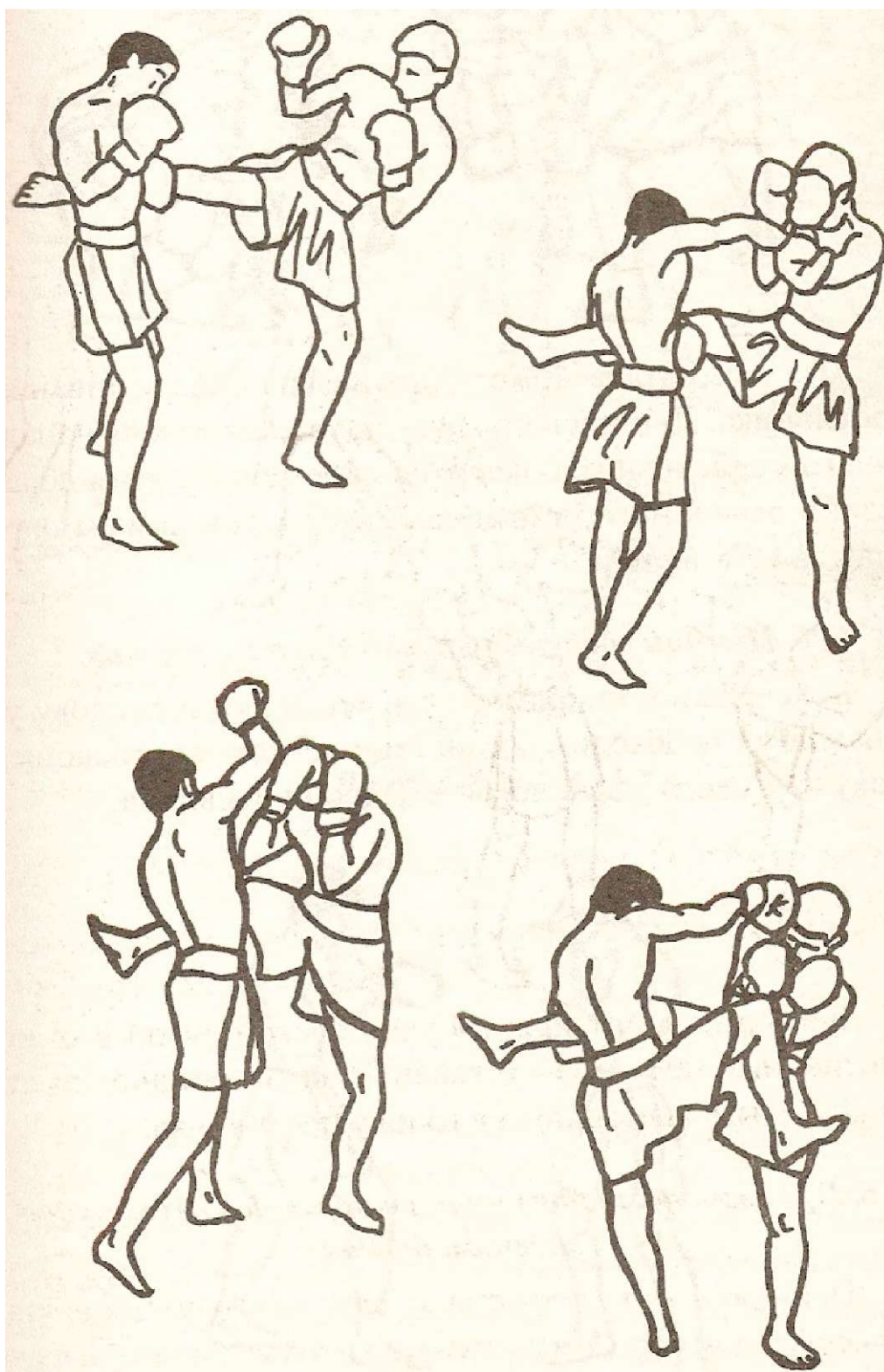


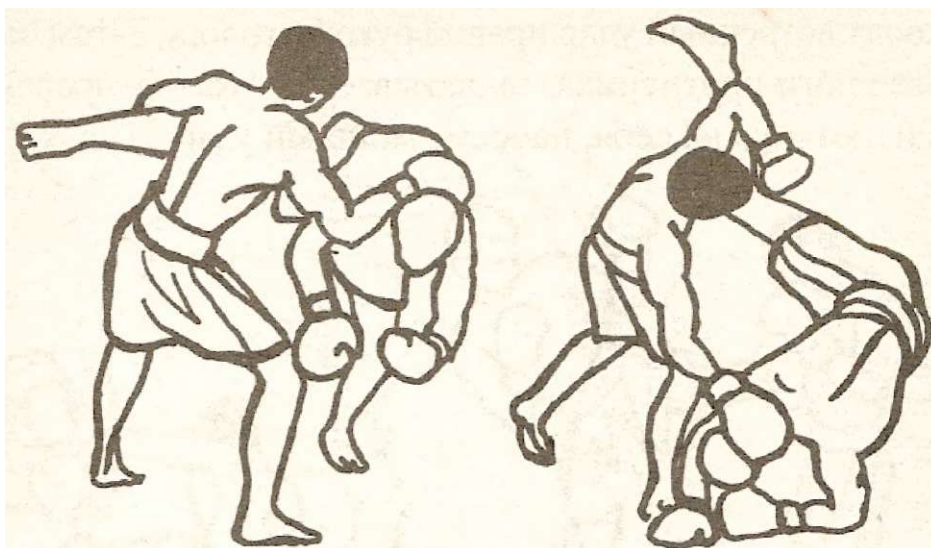
4. ,



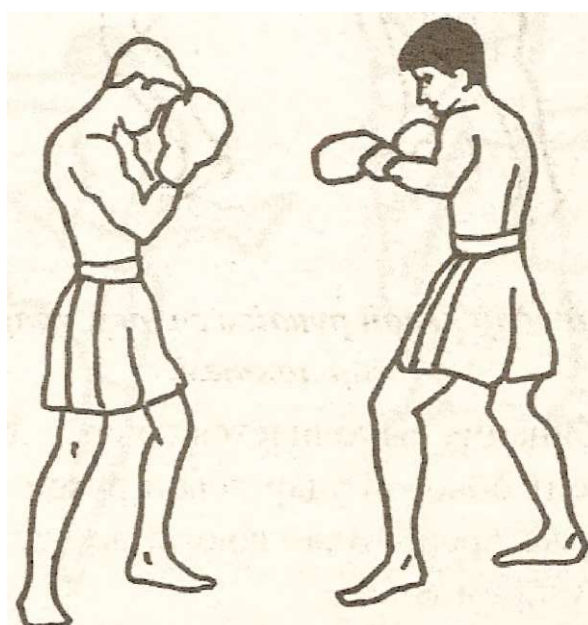


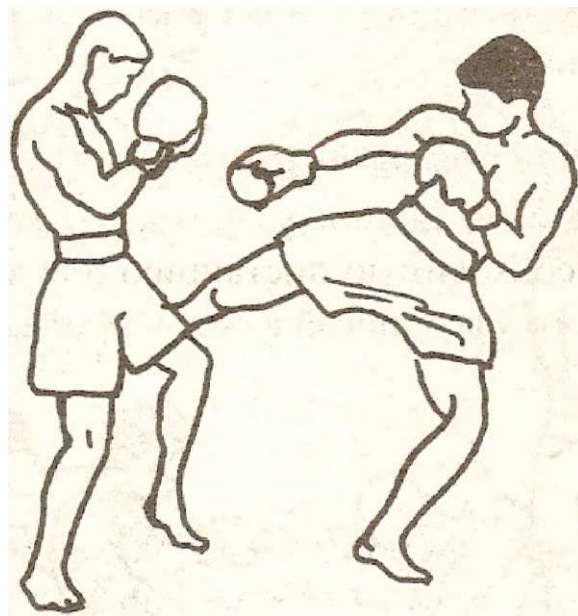
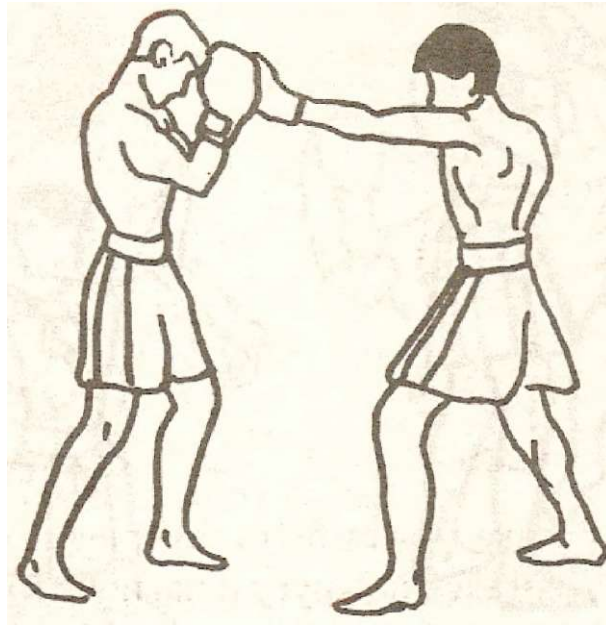
5.



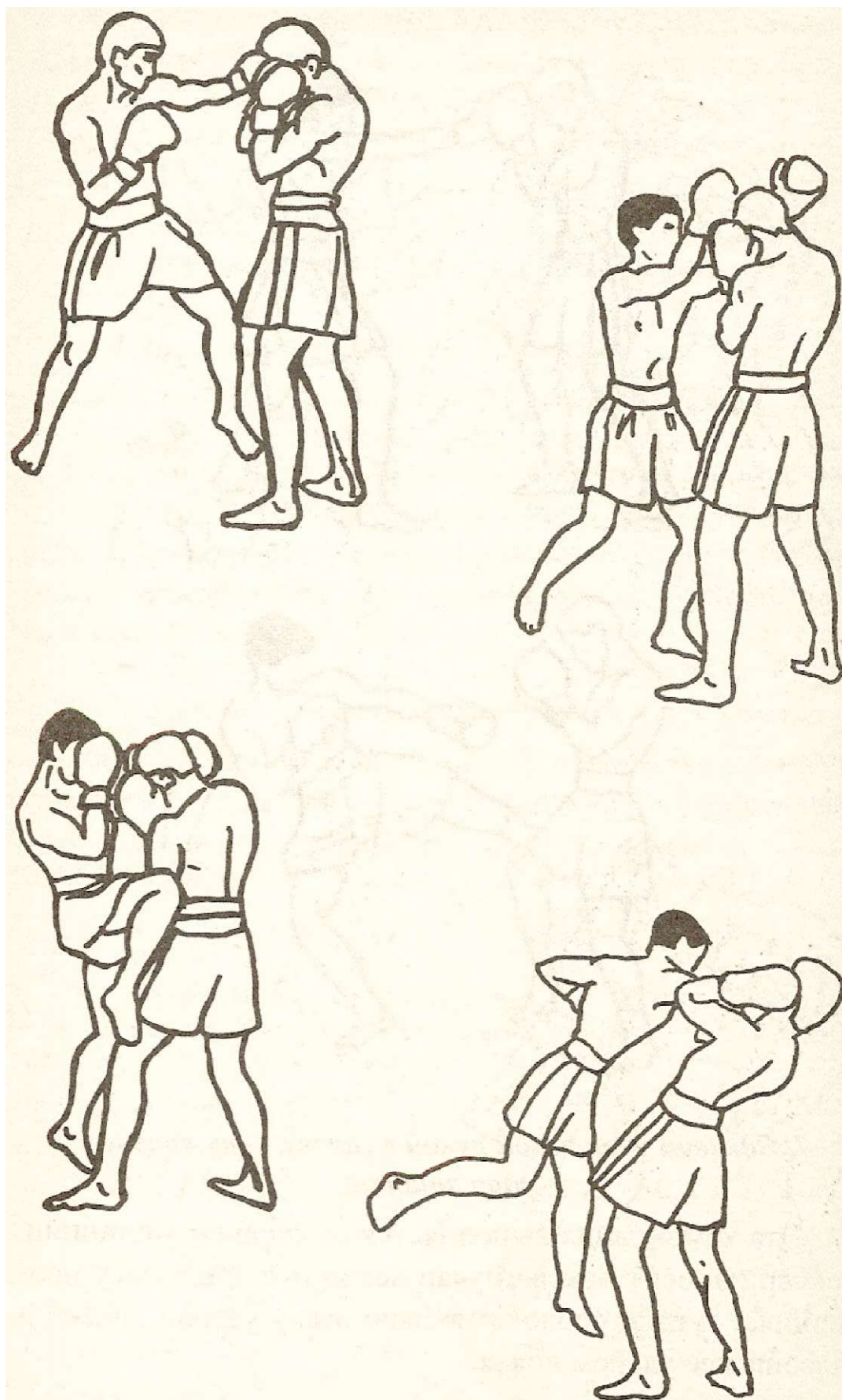


6.

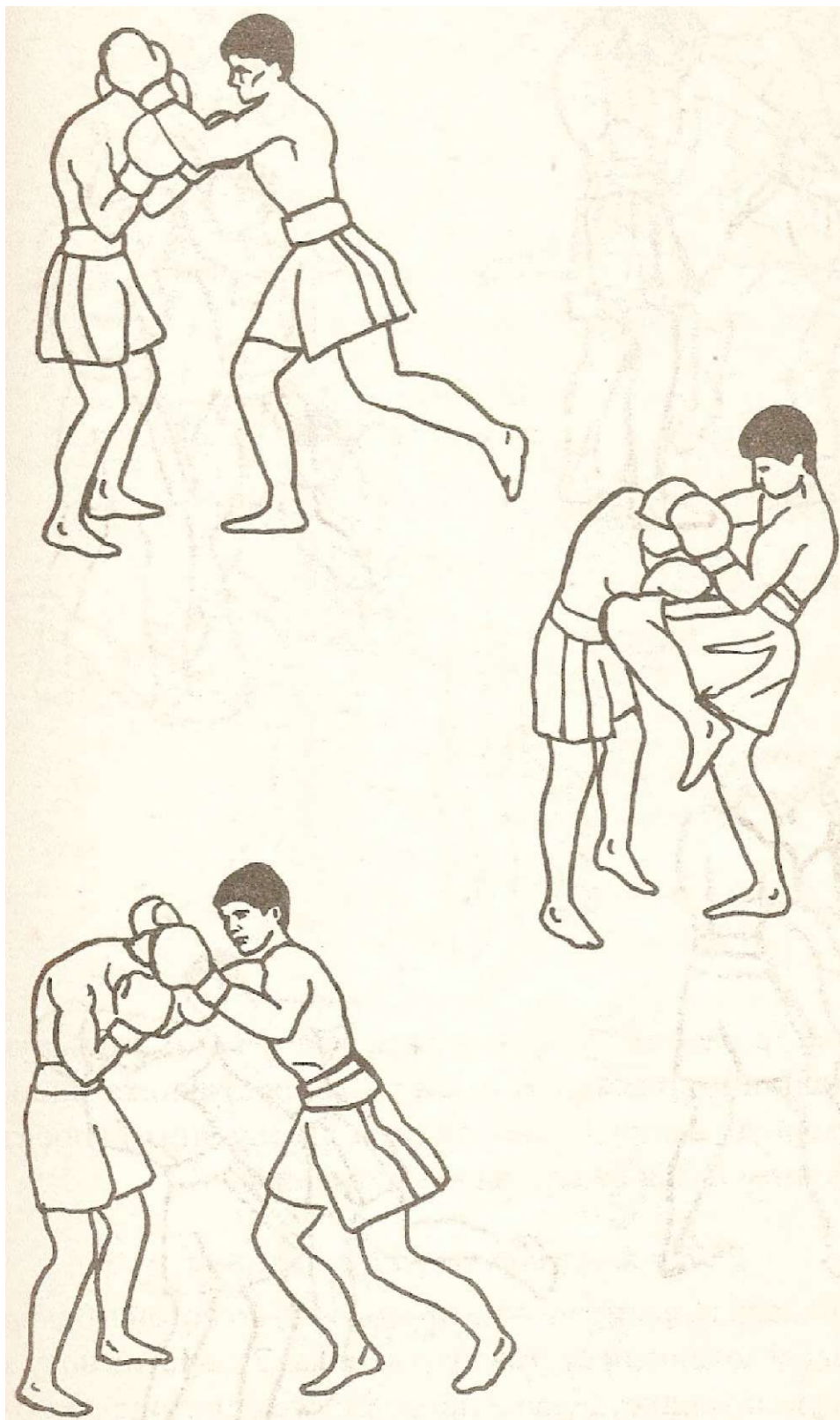




7. , ,
.
.
-
,
.



8. , -

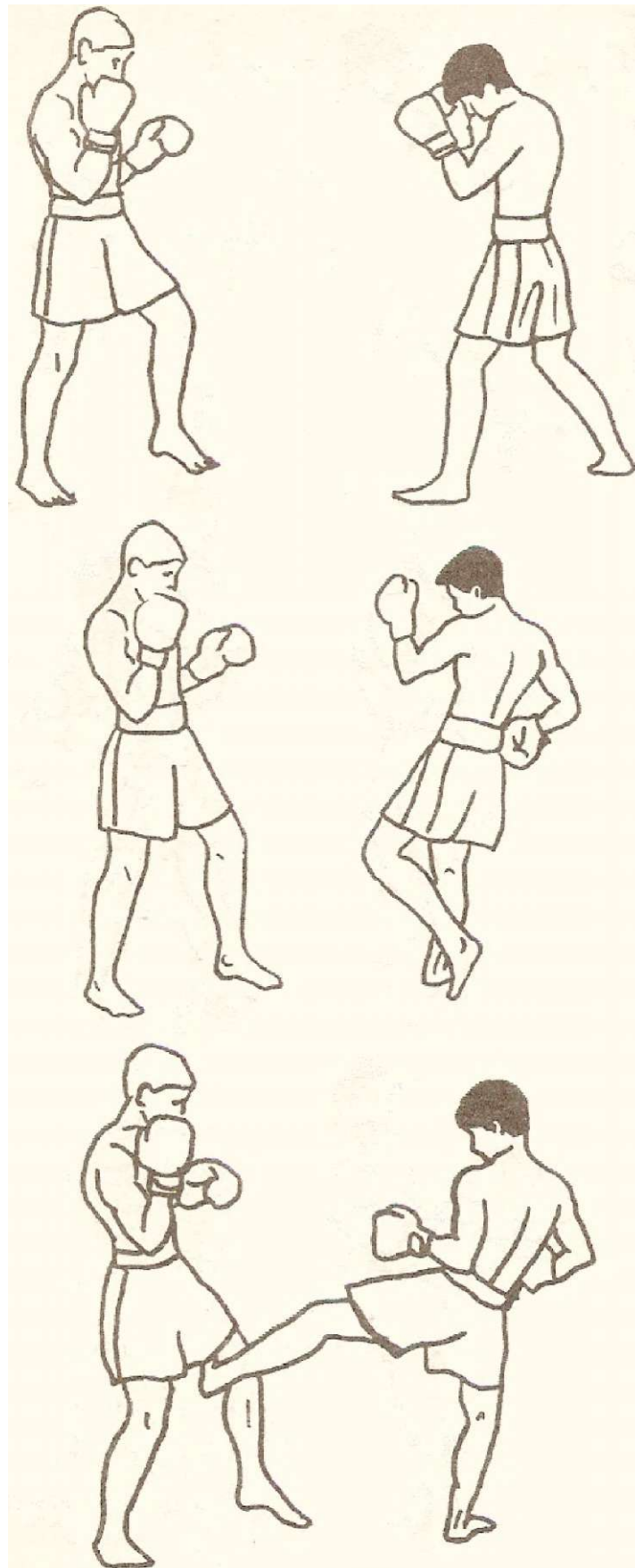


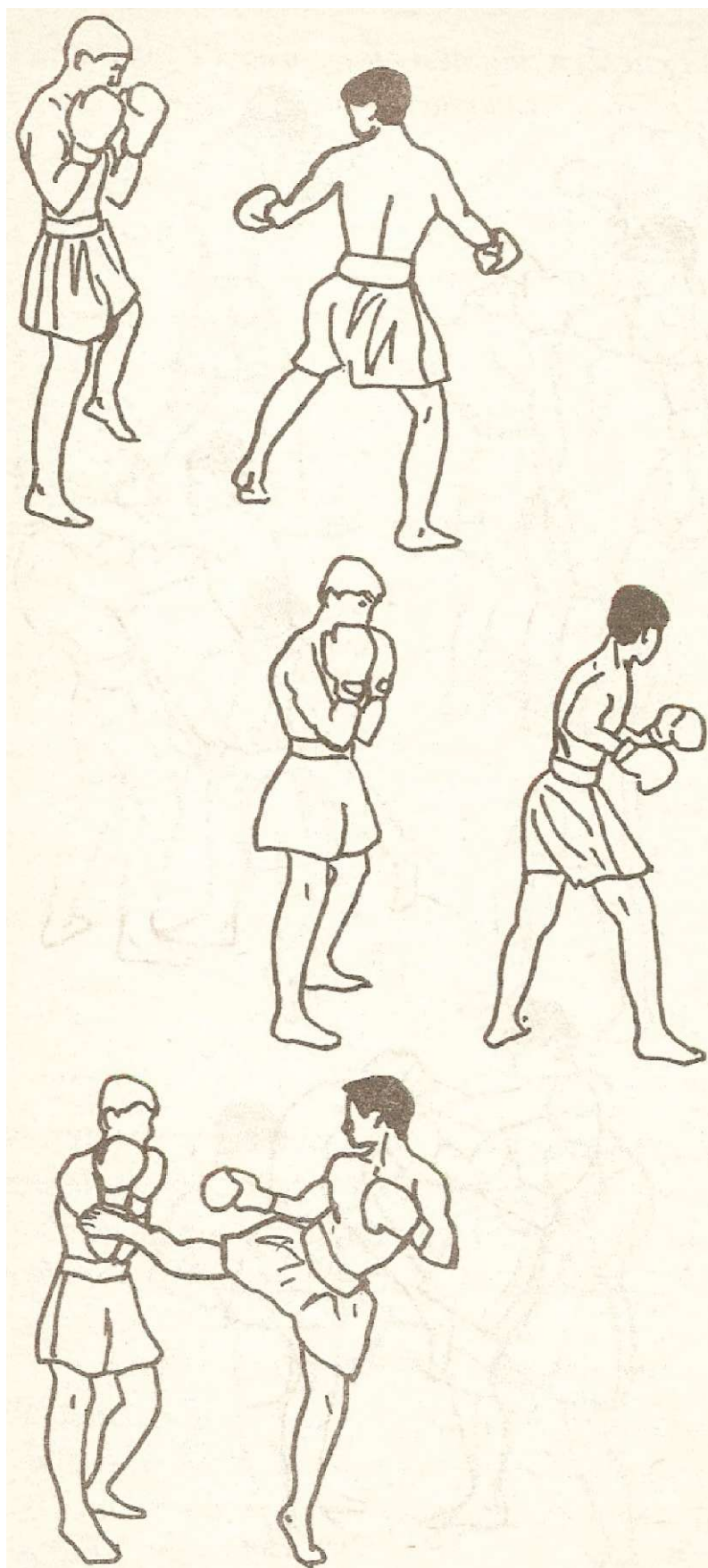


, ,
-
,
-
.

9. oy- ,

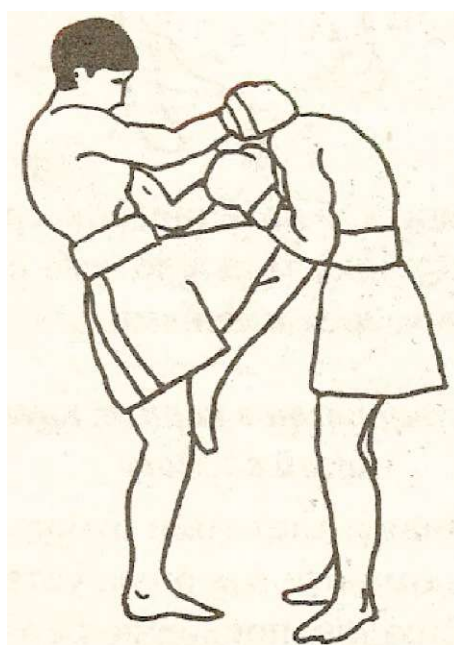
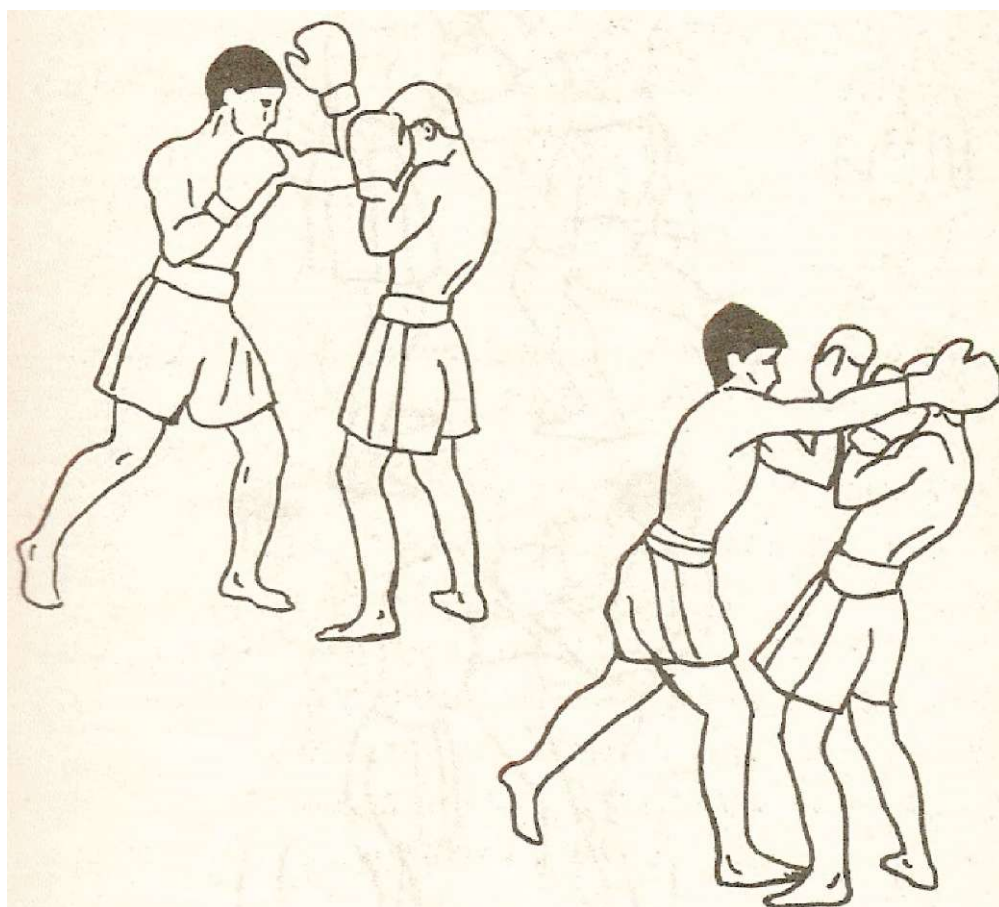
.
,
-

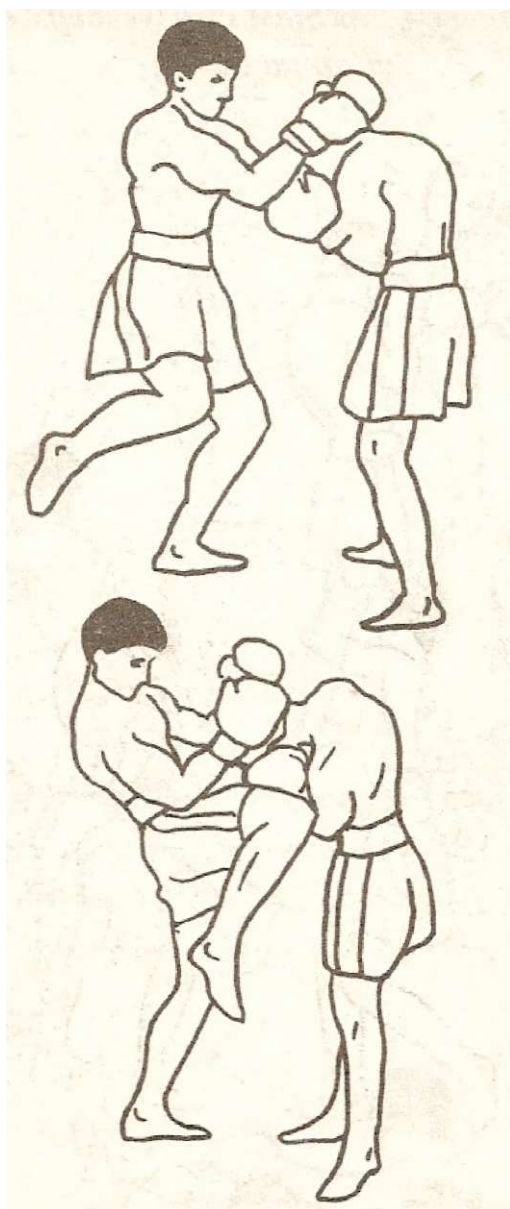




« - »
- ,

10.





,

,

.

11.

,

()

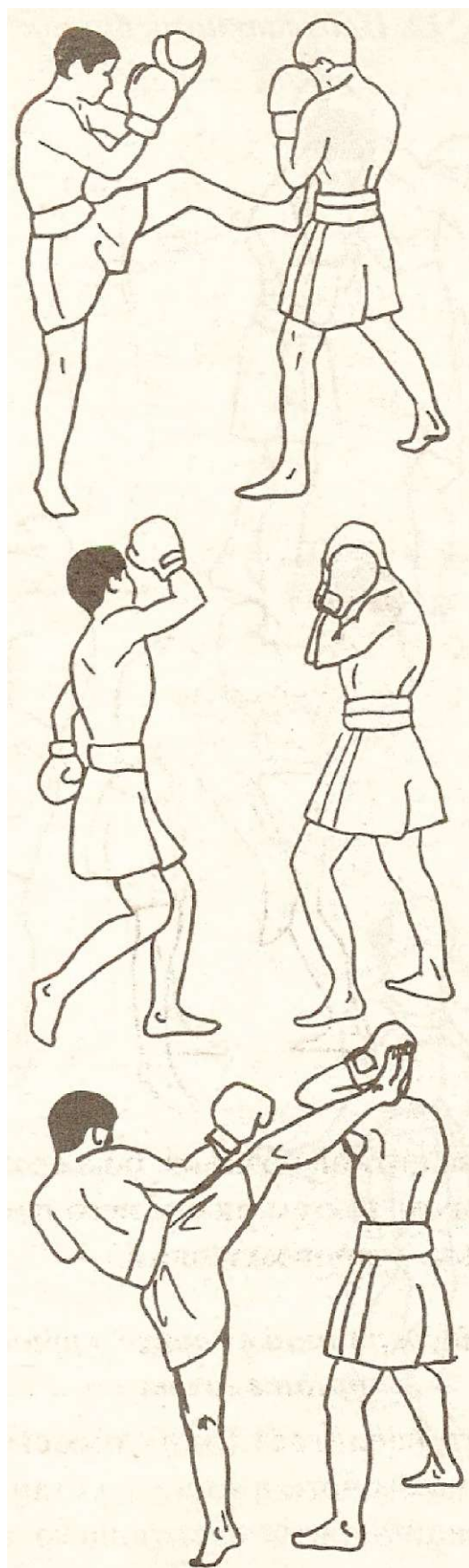
-

,

-

-

.

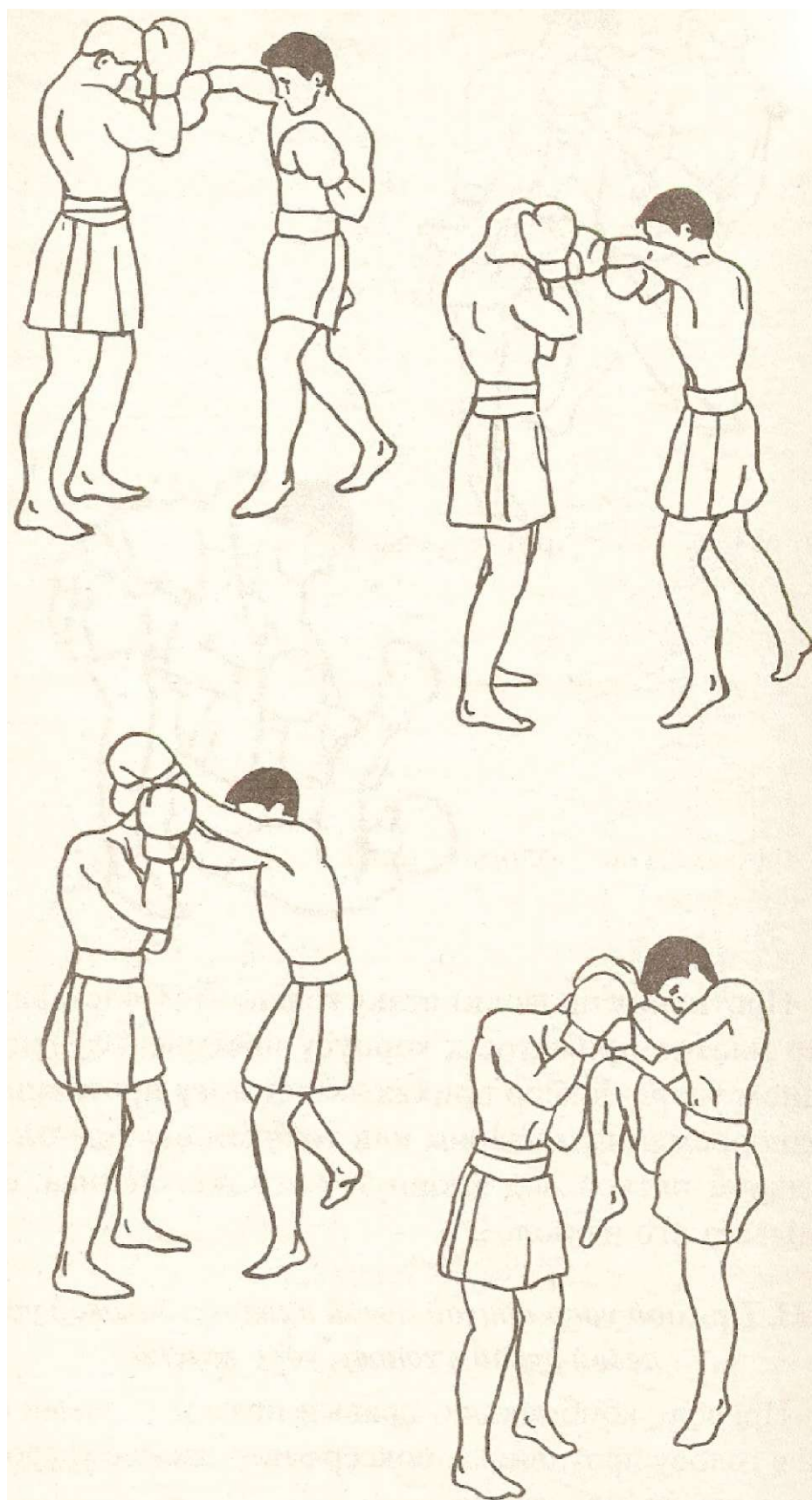


12. ,

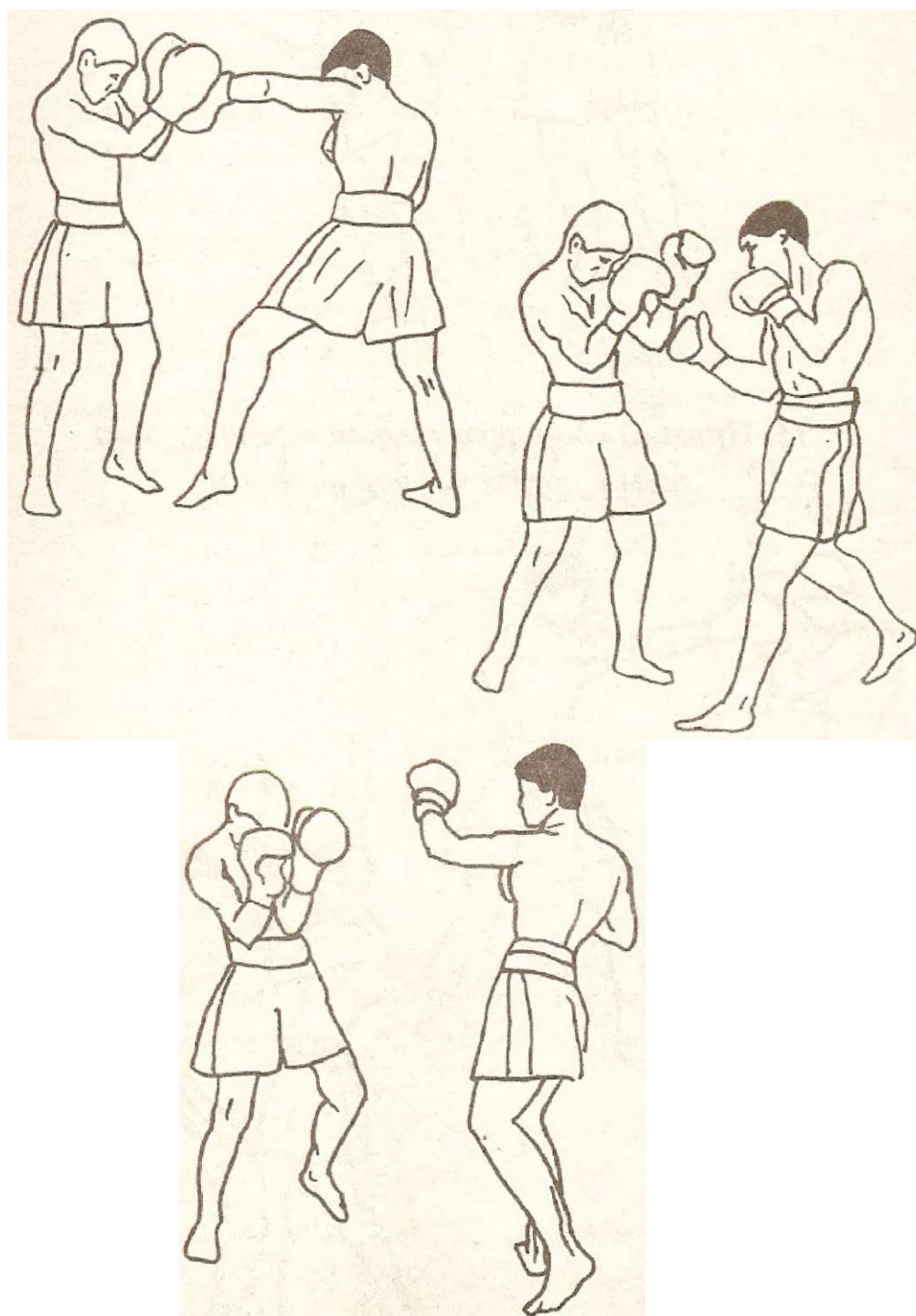


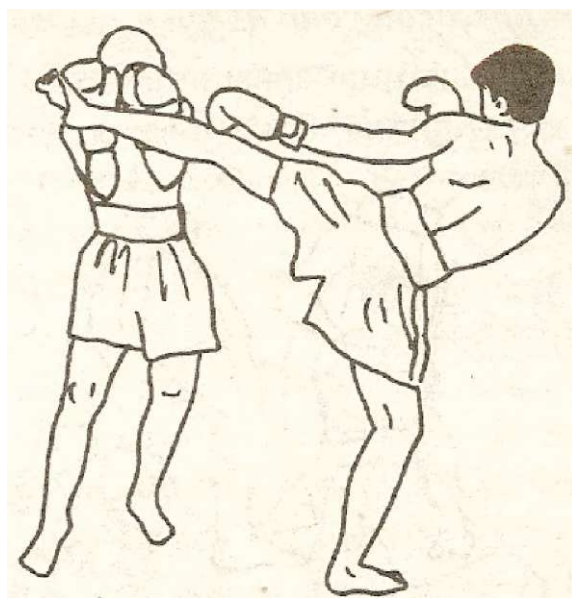


13.



14.

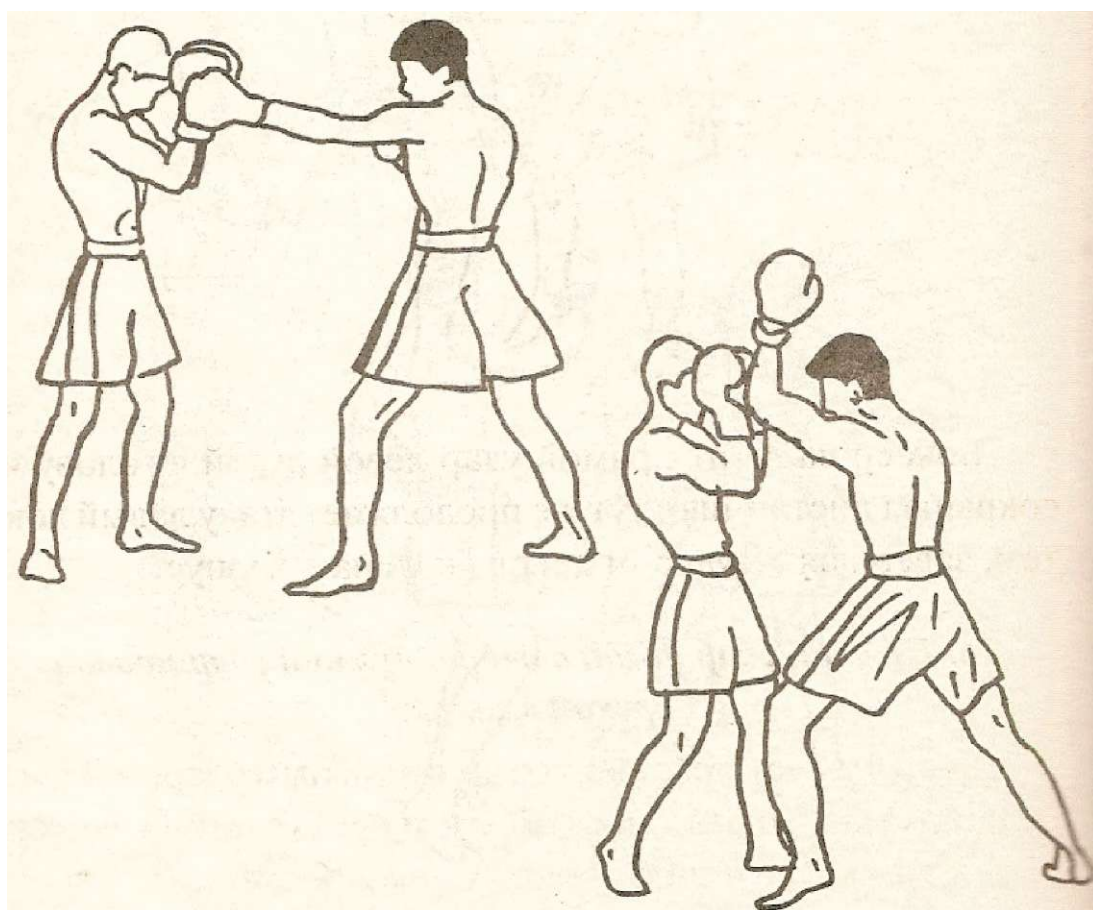


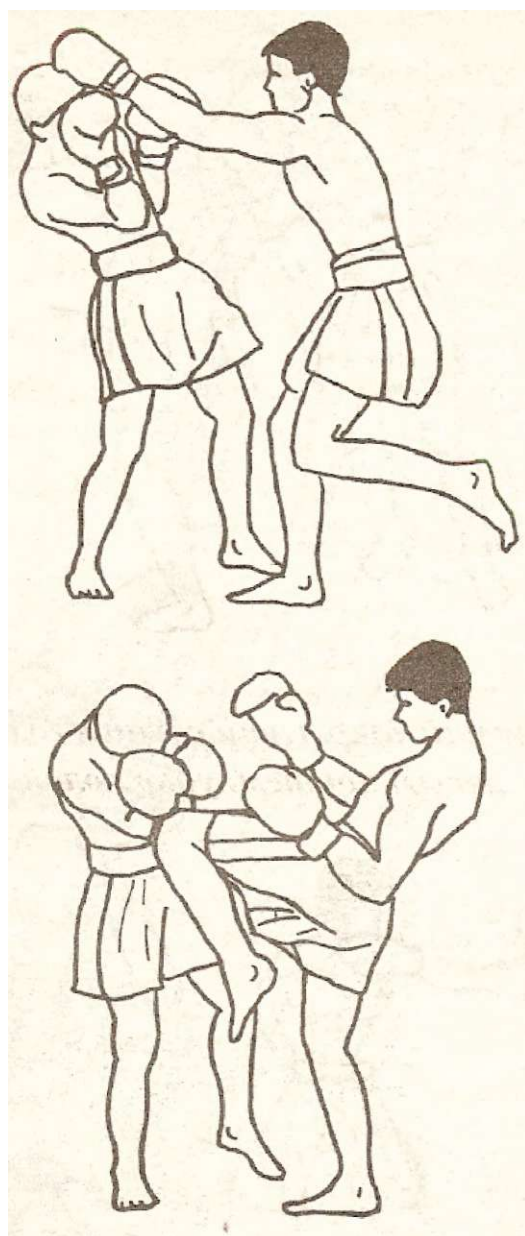


15.

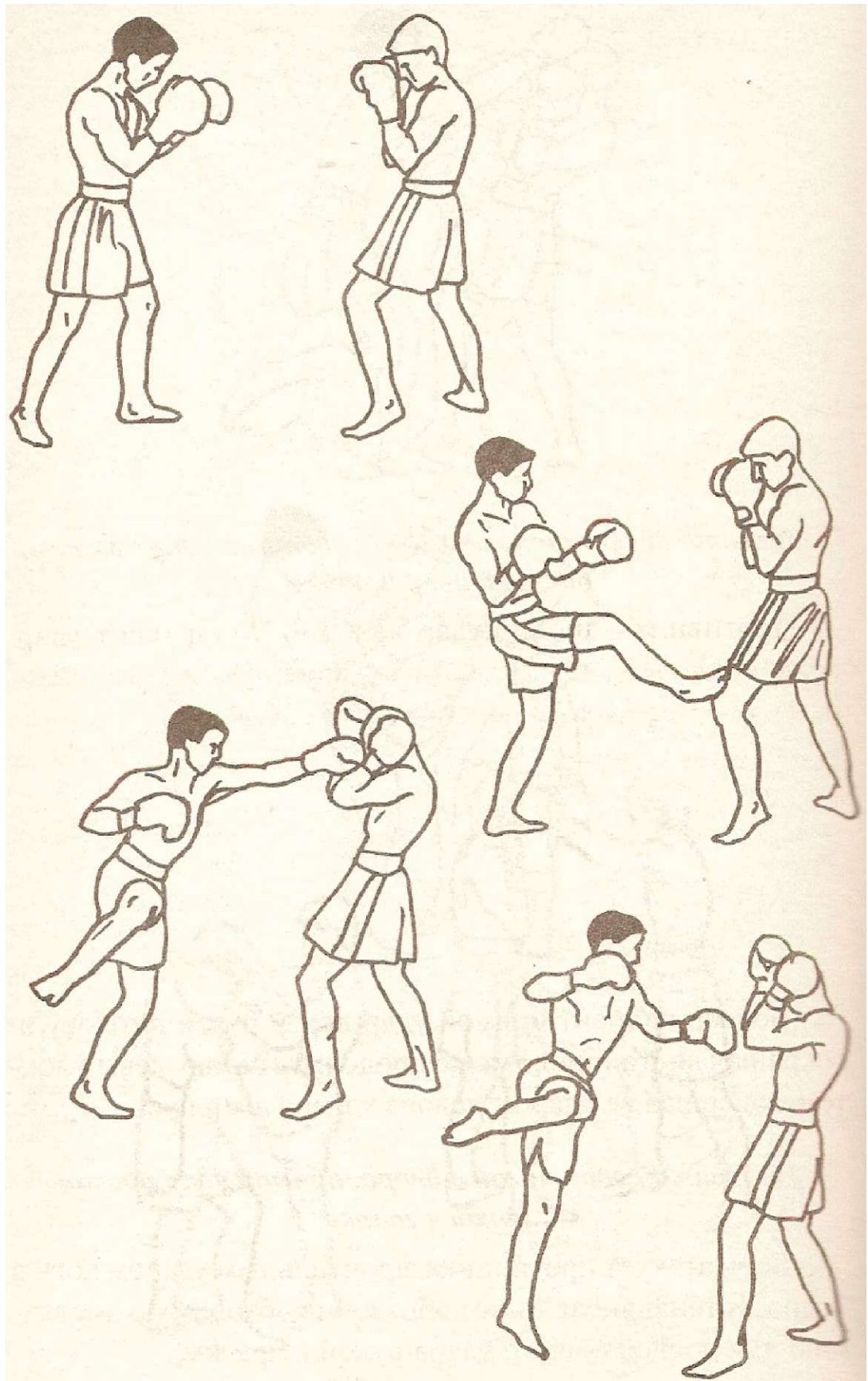
,

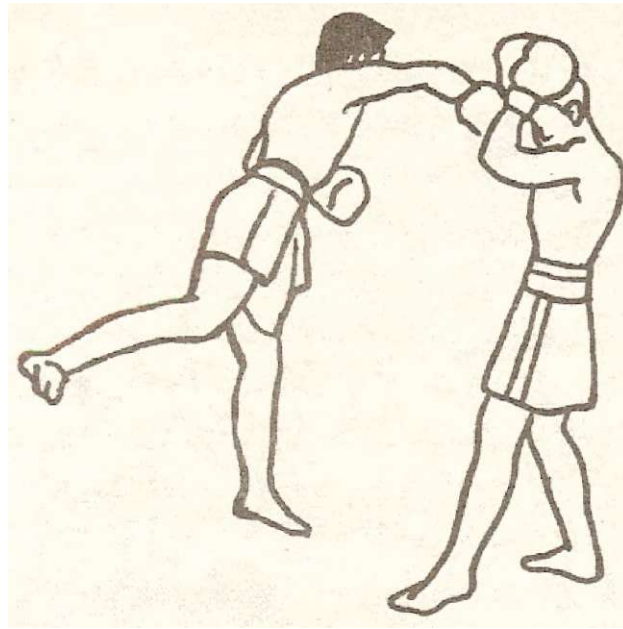
,





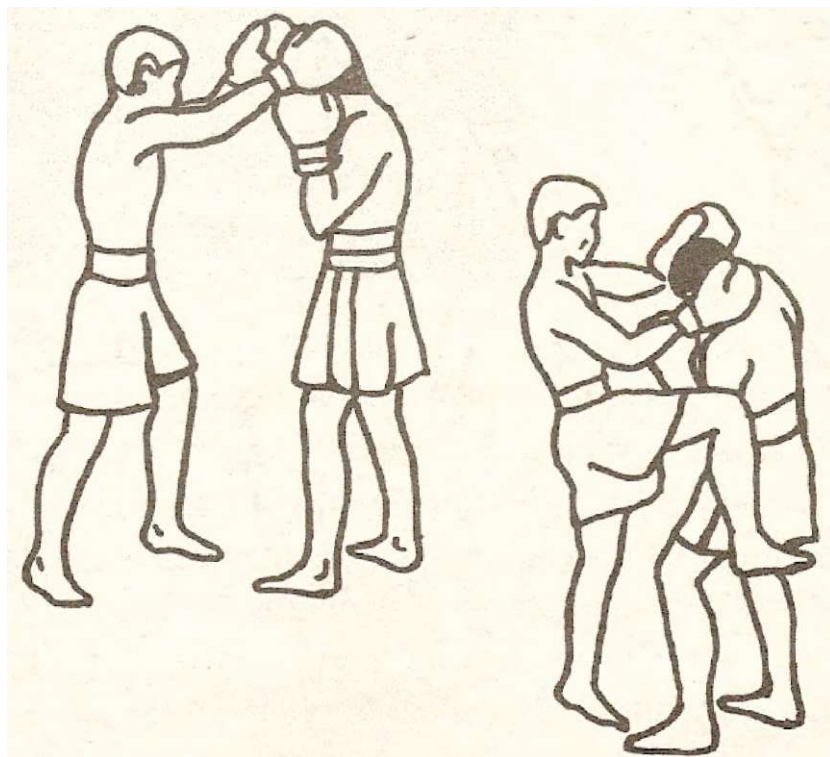
16.





17.

, .
.
, -





ОГЛАВЛЕНИЕ

ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И РАЗВИТИЯ МУАЙ-ТАЙ

Из глубины времен	4
Воины «золотого века»	10
«Прекрасная и нерушимая»	21
Искусство королей	27
Без права на поражение	35
Спорт XXI века	46
Магия боя	64
Современные легенды муай-тай	90

ТРАДИЦИОННЫЙ МУАЙ-ТАЙ

Вступление	100
Искусство муай-тай	101
Стили муай-тай	102
Базовые приемы тайского бокса	223
Заключение	244

СОВРЕМЕННЫЙ ТАИЛАНДСКИЙ БОКС

Введение	248
Подготовительные упражнения	253
Краткий обзор техник тайландского бокса	264
Стойка и перемещения	270
Основные удары руками	274
Основные удары ногами	293
Методы тренировок в тайландском боксе	329
Боевые комбинации	333

ЗАКЛЮЧЕНИЕ	359
-------------------------	-----

НАПУТСТВИЕ ЧЕМПИОНОВ	366
-----------------------------------	-----

Издание для досуга

Муай-тай – свободный бой

методическое пособие

Составители

Артеменко Олег Леонидович

Дроздов Тимофей Сергеевич

Касьянов Владимир Владимирович

Ковтик Александр Николаевич

Книга подготовлена к изданию
литературно-издательским агентством “СОМ”

Ответственный за выпуск

А. П. Астахов

Редактор **В.В. Касьянов**

Компьютерная верстка **А.Е. Кондратюка**

Подписано в печать 29. 12. 2000. Формат 84x108/32. Бумага газетная. Гарнитура «Таймс». Печать офсетная. Усл. печ. л. 20,16. Тираж 20 000 экз. Заказ 3201.

Налоговая льгота – Общегосударственный классификатор Республики Беларусь ОКРБ 007-98, ч. 1; 22.11.20.600.

Издательство «Современное слово», лиц. ЛВ № 132 от 23. 12. 97 г. 220117, г. Минск, проспект газеты «Известия», 43.

Тел./факс в Минске (017) 242-07-52, 230-31-42, 266-34-39;

в Москве (095) 171-28-13, 170-06-50.

Отпечатано с оригинал-макета заказчика в типографии издательства «Белорусский Дом печати». 220013, г. Минск, пр-т Ф. Скорины, 79.