

Программа тренировок. Этап II → Подоплека

- 1 В былые времена по манере человека держать оружие определялась его опытность как поединщика. И в наши дни это, пожалуй, один из основных критериев определения потенциальной опасности бойца.

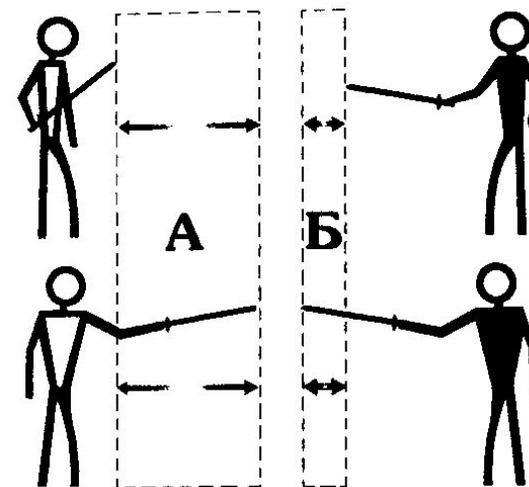
Поднятый к голове или выставленный вперед инструмент слишком демонстративен. Рука теряет весь резерв дистанции, а противник, сам того не желая, акцентирует внимание на оружии и имеет больше шансов своевременно отреагировать на любое движение.

На рисунке (лицом к зрителю) боец в характерной «подоплеке», когда клинок прибран к бедру. Визуально нелепое положение меча вводит противника в заблуждение, ибо боец кажется открытым и выглядит относительно безобидно. Главное же **преимущество** состоит в том, что на самом-то деле это оптимальное положение полузамаха, который позволяет почти мгновенно выполнить большинство атакующих или защитных действий, сохраняя резерв в длину руки.



- 2 Схема справа иллюстрирует разницу активного резерва дистанции между так называемой «подоплекой» (А) и классической фехтовальной стойкой (Б).

Стойка есть единое положение частей тела, в котором пребывает боец во время поединка. Как это ни покажется парадоксальным, но догматические стойки, уместные при отработке базы, в бою чаще всего бесперспективны!

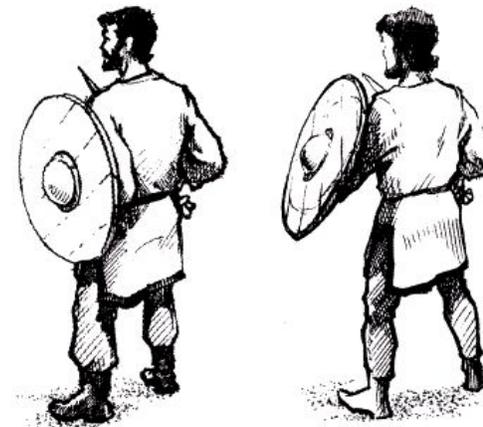


3 Базовая подоплека

Ноги чуть шире плеч. Корпус прямой. Щитовая рука чуть согнута в локте и отведена назад (без щита опущена вдоль тела). Кулак боевой руки касается корпуса на уровне бедра (тазобедренного сустава). Острие меча находится на высоте плеча, клинок чуть наклонён к линии атаки.

Щитовая рука может отходить от корпуса, однако это положение готовности больше настораживает противника.

Ноги с живыми «мягкими» коленями, стопы легкие, с преобладанием загрузки стопы на носок, пятки готовы оторваться от земли. Главное — не выносите одну из ног вперед! Ступни параллельны, носки и пятки являются углами прямоугольника.



4 Отдых - «Суслик»

Рука со щитом опущена и расслаблена. Рука с мечом полностью опущена и удерживает меч острием наружу. Такая подоплека создает впечатление неумелости бойца, а примененная во второй половине поединка, она имитирует состояние усталости. Применима для проведения сдвойки, стенки, петли-затрецины, отсечки для левши либо отмашки и обратки с выходом на накрут.

Это положение экономично, так как практически совпадает с естественным расслабленным положением тела, поэтому именно в нем следует находиться до сближения на дистанцию атаки, равную сумме длины широкого подшага и длины руки с оружием — это примерно 2— 2,5 метра.

