

РЕШЕНИЕ ХАНСИ СТИВА АРНЕЙЛА от 30.10.2018 г.

относительно некоторых отличий в исполнении элементов ката по итогам работы Комиссии ИФК по ката в июле 2018 г. в Швейцарии, обсуждавшихся на Исполкоме ИФК в начале октября 2018 г. в Великобритании.

Красным отмечены необходимые изменения для школы ФКР.

Синим отмечено сохранение действующих в школе ФКР норм.

Зеленым отмечено уточнение способа исполнения нормативного действия.

Общие требования:

1. Переход в положение **«Мокусо»** из Фудо-дати в Мусуби-дати выполняется **на 2 счета** (а не на 4 счета). Ханси указывает «приблизительно» 2 сек., но для команды (в целях синхронизации) это именно 2 сек.
2. Переход в Фудо-дати по команде **«Наорэ»** выполняется **сразу через скрестное положение предплечий** (без начального прикрытия).

Тайкёку соно Сан

После начального Тюдан ути-укэ в Кокуцу-дати в имитации ослабления захвата блокирующая рука **выпрямляется вперед на среднем уровне в той же стойке, т.е. до перехода в Дзэнкуцу-дати.**

Пинан Ён

После выполнения ёко-гэри с уракэн-ути из Цуруаси-дати следует **вначале вернуть ногу в ту же стойку, сохраняя то же фронтальное положение бедер** (вместо практикованного поворота бедер с вертикально поставленной голенью перед выходом в Дзэнкуцу-дати). **Это общий принцип** для аналогичных комбинаций (Канку Дай, Гэкисай Сё).

Пинан Го

1. После начального выполнения гяку-цуки тюдан в Кокуцу-дати при отводе ударной руки под грудь (на 4 счета) **кулак поворачивается на 1-й счет, тянется далее на 2-й счет, где на него накладывается другой кулак (еще в переходной позиции), а затем, на 3-й счет стопа неопорной ноги приставляется в Хайсоку-дати (взгляд вперед) и на 4-й счет обе руки завершают отвод под грудь.** (Таково нынешнее требование вместо прежнего соединения рук уже на 1-й счет (после поворота кулака ударной руки) и перехода в Хайсоку-дати на 2-й счет.)
2. При выполнении пр. сэйкэн агэ-цуки после пр. моротэ-укэ в Какэ-дати **завершение удара синхронизируется с отшагом лев ногой в переходную позицию** перед последующим прыжком.

Цуки но Ката

1. После пр. маэ-гэри **перед пр. дзюн-цуки в Киба-дати используется переходная (скрученная) позиция с верхним лев. прикрытием сётэй** (вместо непосредственного выхода в Киба-дати с пр. фумикири).
2. Завершающий **маэ сюто маваси-укэ из пр. Дзэнкуцу-дати выполняется без предварительной постановки пр. руки** (как в Кихоне), т.е. **начинается сразу же, как только пр. нога начинает отвод назад в пр. Сантин-дати.** Отвод рук под

грудь и далее выталкивание их вперед с Ибуки выполняется уже в принятой стойке.

Янцу

1. *Разведение рук в стороны* на верхнем уровне должно быть чуть впереди туловища, а не на линии плеч.
2. После выполнения пр. сюто сакоцу-утикоми *сэтэй-укэ тюдан той же рукой выполняется без какого-либо подзамаха и с небольшим пересечением* центральной линии.

Сайха

Перед выполнением первого хайто ути-укэ/сюто гэдан-барай *лев. рука ставится в исходное положение ладонью вниз* (пр. ладонь повернута вверх), — *а не идет непосредственно от тандэна*, — *т.е. так же как при последующем зеркально-симметричном воспроизведении двойного блока*.

Тэнсё

Ханси выполняет моротэ тюдан ёнхон нукитэ *не с плотно сомкнутыми ладонями*, при этом в пояснении указывает только, что при соединении рук мизинцы не соприкасаются.

Гэкисай Сё

В комбинациях с ёко-гэри и уракэн-ути перед выполнением гяку-цуки в Дзэнкуцу-дати поворот кулака после уракэн для реверса под грудь не должен быть нарочитым. Это естественное движение.

Сэйентин

1. В начальных 3 комбинациях в Киба-дати хайто ути-укэ выполняется на 4 счета, *тэнсё-укэ с натягиванием и ёнхон нукитэ тюдан выполняются тоже плавно на 4 счета* (нет отдельной фиксации тэнсё на 2 счета!).
2. В конечной фазе этой комбинации *ладонь натягивающей руки фиксируется на уровне плеча* (не выше, не ниже!).
3. В последующей быстрой комбинации завершающий дзёдан хидзи атэ выполняется на Центральной оси с необходимым поворотом плеч.
4. В последующих комбинациях с выходами в Кокуцу-дати под 45° ноги и руки движутся вместе. При этом *стойка принимается на 2-й счет, а руки завершают моротэ ути-укэ на 4-й счет* (не надо вначале делать шаг в стойку, а потом выполнять технику!).
5. После каждой комбинации, выполняемой с перемещениями в Киба-дати назад под 45°, *переход на Центральную ось в Нэкоаси-дати с ой тюдан маэ хидзи атэ выполняется без предварительного прикрытия локтем в положении гяку*.

Канку Дай

1. *Ороси хидзи атэ* из Сантин-дати с приседом *выполняется строго как в Кихоне из-за головы* — *рука перед приседом не вытягивается вверх!* При этом происходит естественное легкое приподнимание в Сантин-дати, но стопы сохраняют контакт с землей и пятки не отрываются!
2. Перед заключительной группой комбинаций (перемещения в Киба-дати) — непосредственно перед повтором начальной медитации (здесь в лев. Сантин-дати) — выполняются **2 блока**: 1-й блок от кансэцу-гэри (усиро маваси сюто гэдан барай в низкой Дзэнкуцу-дати), 2-й — сюто маваси-укэ. *Несмотря на то, что в тексте книги не уточняется* форма кругового блока (полный он или неполный), *ханси*

поясняет: из предшествующей низкой позиции при переходе в пр. Кокуцу-дати удобней/достаточно/следует выполнять только 2-ю фазу кругового блока, так наз. «половину» сюто маваси-укэ.

3. В завершающих ката бросках на замахе у головы руки везде расположены параллельно, поскольку бросить противника можно с захватами как руки (бункай в школе ФКР), так и одежды.

Сусихо

1. Несмотря на то, что в книге нет описания и иллюстрации движения, перед первым тюдан хидзи атэ в Киба-дати (после предшествующего лев. дзюн-цуки и только один раз) выполняется прикрытие локтем на уровне тюдан.
2. При выполнении ороси хидзи атэ с приседом, как и в Канку Дай, действует тот же принцип: добивающий удар локтем выполняется строго как в Кихоне (из-за головы, без выпрямления руки вверх). Здесь исходная позиция Киба-дати (в Канку Дай это Сантин-дати) также сохраняется: при небольшом естественном приподнимании туловища стопы полностью сохраняют контакт с землей (пятки не отрываются).
3. В серии перемещений в Киба-дати, где чередуются блоки и броски, положение рук на замахах везде параллельное (ср. завершающие броски в Канку Дай).

Сэйпай

Ханси поясняет ключевые детали выполнения комбинации, которая начинается после моротэ ути-укэ в пр. Дзэнкуцу-дати с перехода в пр. Сантин-дати и далее в пр. Нэкоаси-дати:

1. Переход в пр. Сантин-дати не отделяется от пр. сото-укэ — ноги и руки движутся одновременно, блок синхронизируется со стойкой.
2. При этом сото-укэ выполняется строго по центру, но взгляд уже направлен в сторону-влево — туда, куда из уже принятой стойки пр. Сантин-дати далее выполняется лев. дзюн-цуки.

Гарю

Выполнение в лев. Сотин-дати имитации броска с захватом колена и голенистопа противника в ката не требует слишком широкого перекрещивания рук: руки перекрещиваются слегка, располагаясь одна над другой.

Перевод с английского инструктивного письма ханси Стива Арнейла
с необходимой детализацией описания на русском языке
(в силу отсутствия иллюстраций в оригинале)
выполнен членом Комиссии ИФК по ката,
председателем Коллегии ФКР по ката
В.П. Фоминым
08.11.2018