

## **В Котласе появилось кобудо**

**Галина БЫКОВА**

**1 ноября в спорткомплексе «Салют» прошел традиционный межрегиональный турнир по армейскому рукопашному бою. В его рамках, впервые в городе, состоялись соревнования по восточному боевому единоборству кобудо.**

Спортивная секция по восточному боевому единоборству кобудо появилась в нашем городе два месяца назад. Ее посещают 15 котласских мальчишек.

– На занятиях мы обучаем ребят основам кобудо, – рассказывает тренер Михаил Колеша. – Это одно из направлений карате. Мальчишки уже умеют обращаться с нунчаками и бо-палкой. Весной введем новый вид оружия – томфу (предмет, похожий на полицейскую дубинку с ручкой).

На уроках юные спортсмены отжимаются на кулаках, пальцах, а также занимаются медитацией и биомеханикой. А потом будут учиться одним ударом ломать доску.

11-летний Никита Левадний – один из лучших учеников Михаила Колеша. Мальчик даже дома занимается кобудо. На прошедшем турнире Никита Левадний в своей категории занял по нунчаку-до первое место.

– Главное – сосредоточиться, – рассказывает Никита. – Руки должны двигаться сами по себе. Каждое действие должно быть с точностью рассчитано. Нельзя бить по затылку и суставам. Существует много и других сложных правил.

Нашими соперниками на соревнованиях были спортсмены из Санкт-Петербурга, Вологды и Архангельской области. Котлас представляли юноши из центра боевых искусств ДЮСШ № 1, спортивных клубов «Атлант» и «Телохранитель». Несмотря на серьезную конкуренцию, наши ребята держались достойно. По армейскому рукопашному бою в 25 весовых и возрастных категориях котлашане одержали 14 побед, а по кобудо в 15 категориях – 12 побед.