

Вечерний  
Бобруйск

## БОБРУЙСКОМУ КЛУБУ КАРАТЭ-ДО «ВОСТОЧНЫЙ ВЕТЕР» — 20 ЛЕТ!

24/09/2012 - 19:40

В выходные дни 22-23 сентября в спортивной жизни Бобруйска состоялось важное событие. Молодежному спортивному клубу каратэ-до «Восточный ветер» исполнилось ни много ни мало — 20 лет! Приличный возраст, и его обеспечили клубу победы учителей и учеников. Побед было немало, трудных и одновременно радостных, глубоко личных и общих. Во время событий юбилея наш корреспондент встретился с руководителем и основателем клуба — **Олегом Понтусом**, национальным инструктором категории «А», обладателем 5-го дана Шотокан каратэ-до, которого заслуженно называют «тренером чемпионов».

— *Олег Иосифович, поздравляем вас со столь значимым событием! Каким встречает клуб «Восточный ветер» свой юбилей?*

— Двадцатилетие мы встречаем в своем привычном додзе (зал для занятий каратэ — прим. авт.), в котором мы занимаемся уже 15 лет. Слава Богу, зал хорошо оборудован: прекрасное татами, полученное нами за заслуги от Министерства спорта и туризма, есть всевозможные груши, мешки и макивары, зеркала, лапы и т.п., но самое важное, что есть в зале, считаю — портреты многих наших учеников, добившихся успеха в каратэ, и которым это благородное искусство принесло пользу в жизни.



Каратэ было популярно в нашем городе еще с советских времен, немало занимающихся и сейчас: как спортом, так и в оздоровительных целях — несмотря на то, что дети в век Интернета и телевидения стали

более домашними, малоподвижными, и менее склонными к занятиям спортом. Прийти заниматься могут взрослые и дети с 7 лет, мальчики и девочки, как для спорта, так и для самозащиты, и, что важно, общего укрепления организма.

**К СВЕДЕНИЮ:** Олег Иосифович Понтус, вице-председатель Белорусской федерации Шотокан каратэ-до, судья международной категории (*WSKF, JKA WF, WUKF*), чемпион Европы среди ветеранов *SKIF* (Одесса, 2004), чемпион Европы среди ветеранов *JKA* (Прага, 2010) не только подготовил многократных чемпионов мира и Европы, но и в 2011 году стал победителем кубка мира среди ветеранов *SKIF* в Киеве.

— **Что ожидает новичка, который только пришел в зал и смотрит на каратэ в первый раз?**

— Начинается у нас все с трехмесячного, очень важного подготовительного периода до первого экзамена, когда закладывается необходимый технический фундамент: базовые стойки, перемещения, удары (сначала по воздуху перед зеркалом), защиты. Нужно наработать грамотные и правильные движения. Также необходимо получить хорошую физическую подготовку: в первую очередь гибкость, выносливость, силу. Занятия у нас построены так, чтобы все это приходило к ученику постепенно, и одновременно безопасно.

Вообще я предпочитаю работать с учениками в традиционной, дисциплинированной, жесткой манере. Приучать к труду сразу. Легко не будет, наоборот, будет тяжело. И многие мои ученики, как в обычной жизни, так и выбравшие карьеру, например, военных, остаются благодарными такому характеру занятий. Они сильны, спокойны, способны постоять за себя, противостоять любой ситуации. Кстати, известные своим этикетом и добрыми улыбками японцы с любовью, но жестко учат своих детей.

— **В самом названии «каратэ-до», какой смысл заложен в иероглиф «до»?**

— Дословно он означает «путь», и является глубочайшим философским понятием, которому посвятили целые книги ученые как на Востоке, так и на Западе. Вообще в Японии, если человек осознает, что, например, «путь каратэ» — его, он может связать с занятиями каратэ всю жизнь, даже в форме любимого увлечения параллельно с основной профессией. По большому счету, изначально каратэ — это не спорт, но также не сводится и к сугубо боевому искусству. На мой взгляд, каратэ — это замечательный способ самопознания, непрерывного самосовершенствования. Реальность большого спорта, когда спортсмен

после серии нокаутов навсегда «выбывает» из соревнований — не каратэ. Оно создано для того, чтобы воспитывать, созидать дух и оттачивать движения всю жизнь. Каратэ дает вам волю, навыки, отвагу, укрепляет ваше тело, оно может быть всегда с вами. *Взамен каратэ попросит, например, часть вашей лени.*

На любых крупных соревнованиях, в том числе и у нас в Бобруйске сегодня, вы можете увидеть людей старше 50 лет, подтянутых, крепких,



нередко с черными поясами, которые выступают среди ветеранов, учат молодых. Движения их плавные, гармоничные, удивительно точные. Самые преданные практики каратэ в Бобруйске — как раз старше 35 лет.

**— На родине каратэ, Окинаве, много людей самого различного возраста занимаются каждый день, иногда по несколько часов, это национальный вид спорта страны Восходящего солнца. Что делать современному человеку, когда его ограничивает само стремительное течение жизни, работа, стресс?**

— Каратэ приспособлено для занятий в самых разных условиях и режимах. Оно делает человека дисциплинированным — и может забрать час-полтора вечернего сидения перед телевизором, а взамен дать намного больше. Если же возможности заниматься в зале регулярно нет, мой совет — приходите все-таки в зал, познакомьтесь с другими учениками, тренером, отработайте базовые навыки — а затем, при невозможности посещать, сможете практиковаться в любую удобную минуту. Ведь для отработки самого важного — простой базовой техники, может быть достаточно минимально 1 квадратного метра дома, на работе, в парке. Эти движения постепенно станут естественной частью вас, помогут обрести внутреннее спокойствие и силу.

**— Кто из современных мастеров каратэ вам нравится?**

— Отдельно хотел бы назвать сэнсея Хитоси Касуя, которого я считаю своим примером и учителем. Также мне нравятся японские мастера **Масао Кагава**, **Хидэо Очи** и многие другие.

**— Спасибо за беседу! Успехов вам и вашим ученикам на пути каратэ!**



...Тем временем зал клуба «Восточный ветер» заполнялся учениками самых разных возрастов, в кимоно, повязанных поясами разных цветов, от белого до черного. Все были веселы — подходило время главных событий дней юбилея. После разминки двери додзе открылись и ученики в традиционной уважительной манере приветствовали почетных гостей: председателя Белорусской федерации каратэ Шотокан, обладателя 7 дана, **Андрея Яковлевича Вилькина**, многократную чемпионку мира и Европы **Светлану Борисовну Вилькину**, которым предстояло провести недолгий, но очень интересный семинар по

традиционным японским *ката* (формам), базовой технике, а также тактике, приемам спортивных поединков (*кумитэ*), ведь на следующий день, 23 сентября, многим бобруйчанам предстояло успешно и достойно проявить себя на состоявшихся в нашем городе республиканских соревнованиях (посвященных юбилею клуба) с участием **249** спортсменов из **30** клубов каратэ самых разных регионов Беларуси.

*Денис СУДНИК, фото автора.*



[bobruisk.ru](http://bobruisk.ru)

*Слева направо мастера шотокан каратэ-до – участники юбилейных мероприятий:*

***Николай Шестаков** (3 дан, г. Жлобин),*

***Владимир Медведев** (5 дан, Украина, г. Измаил, );*

*многократная чемпионка мира и Европы по шотокан каратэ-до **Светлана Вилькина** (6 дан, г Минск),  
руководитель клуба «Восточный ветер» **Олег Понтус** (5 дан, г.Бобруйск);*

*председатель Белорусской федерации шотокан каратэ-до **Андрей Вилькин** (7 дан, г. Минск);*

***Михаил Авсеюшкин** (4 дан, Россия, г. Усинск)*



*Республиканские соревнования по Шотокан каратэ-до «Бобруйская крепость» (Приз открытия сезона), посвященные 20-летию клуба «Восточный ветер». Бобруйск, 23 сентября 2012 года. Моменты выступлений по кумитэ.*

Зал клуба «Восточный ветер» находится в спорткомплексе ДЮСШ №4 на улице Ульяновской 35/31, проще говоря, примыкает к зданию **Дворца искусств** со стороны ТЦ «Корона». Если у вас есть вопросы по занятиям каратэ, вы можете связаться с тренером **Олегом Понтусом** по телефону: **8-029-678-51-32**.



*Республиканские соревнования по шотокан каратэ-до, посвященные 20-летию клуба «Восточный ветер». **Михаил Всеюшкин** вручает участнику соревнований **Владиславу Понтусу** денежный приз за успешное спортивное выступление*

*Смотрите наш специальный фоторепортаж с республиканских соревнований по шотокан каратэ-до, посвященных 20-летию клуба «Восточный ветер»*