

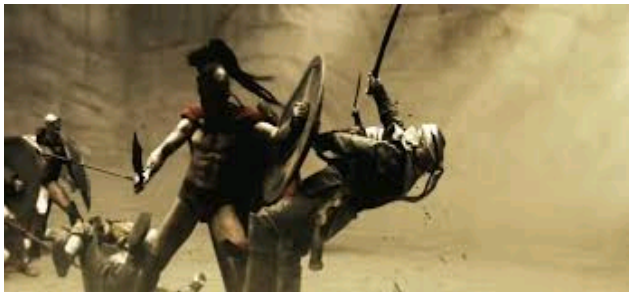


ΠΟΛΕΜΙΚΕΣ ΤΕΧΝΕΣ



Οι **Πολεμικές τέχνες** είναι μέθοδοι

αυτοάμυνας και επιβολής επί του αντιπάλου, χρησιμοποιώντας το σώμα μας ή και όπλα, όπως ξίφος, τόξο, δόρυ ή ακόμα και ένα απλό ξύλο. Ευδοκίμησαν ιδιαίτερα στην περιοχή της Νοτιοανατολικής Ασίας, αν και υπάρχουν τέχνες Ινδικής, ή και Γαλλικής καταγωγής, όπως το Σαβάτε. Σημαντική παράδοση στις πολεμικές τέχνες έχουν και οι Έλληνες με το Παγκράτιο (ή Πάμμαχον), την Πάλη και την Πυγμαχία. Ένα από τα πιο δημοφιλή σήμερα μαχητικά αθλήματα και πολεμικές τέχνες που θεωρείται και εξαιρετική αυτοάμυνα είναι το Μουάι Τάι που είναι το παραδοσιακό άθλημα της Ταιλάνδης. Παρόμοια αθλήματα με το Μουάι Τάι (ή αλλιώς Τάι Μπόξινγκ), το Σάντα από την Κίνα και το Σαβάτε από την Γαλλία. Σημαντικό μέσο για την διάδοση των πολεμικών τεχνών υπήρξε και ο κινηματογράφος ο οποίος μέσα από μια πληθώρα κινηματογραφικών αστέρων όπως ο Μπρους Λι, ο Τσακ Νόρρις, ο Τζάκι Τσαν, ο Ζαν Κλοντ Βαν



Νταμ, ο Τζατ Λι, ο Στίβεν Σιγκάλ, ο Ντολφ Λούιγκρεν και ο Μαρκ Ντακάσκος, κατόρθωσε να συναρπάσει το κοινό με τις εντυπωσιακές τεχνικές που χρησιμοποιούσαν. Οι σημαντικότερες χώρες προέλευσης τους είναι:

- η Κίνα (Κούνγκ Φου, Τάιτσι Τσουάν, Σάντα, Drunken Boxing)
- η Ιαπωνία (Καράτε, Ζίου Ζίτσου, Ιαίντο, Αϊκίντο, Κινομίτσι, Κένπο η Κέντο, Τζούντο, Μπουσίντο, Νισσούτζου)
- η Κορέα (Τάε Κβο Ντο, Ταγκ Σου Ντο, Χαπκίντο, Χουάλ Μου Ντο)
- Οι χώρες της Ινδοκίνας και της Μαλαισίας (Βιέτ Βο Ντάο, Εσκρίμα, Σιλάτ)
- Σιγκαπούρη (Τσαπ Κουν Ντο)
- Ταιλάνδη (Μουάι Τάι)
- Ελλάδα (Παγκράτιον, Πυγμαχία, Πάλη, Ελληνορωμαϊκή Πάλη)
- Βραζιλία (Καποέιρα, Βραζιλιάνικο Ζίου Ζίτσου)

- Αμερική (Τζιτ Κουν Ντο)
- Ρωσία (Σάμπο)
- Γαλλία (Σαβάτε)
- Ισραήλ (Κραβ Μαγκά)
- Αγγλία (Μποξ η Μπόξινγκ)
- Χώρες της Αφρικής (Dambe η Kokawa, Engolo, Instuka, Tahtib, Nuba)

Στην οικογένεια των πολεμικών τεχνών ανήκει και το **M.M.A.** (Mixed Martial Arts) δηλαδή **Μεικτές Πολεμικές Τέχνες**, ένα μαχητικό άθλημα **πλήρους επαφής** που επιτρέπει τη χρήση τόσο των χτυπημάτων όσο και των λαβών, είτε από όρθια θέση είτε από το έδαφος. Συμπεριλαμβάνει πολλά μαχητικά αθλήματα και πολεμικές τέχνες όπως την Πυγμαχία, την Πάλη, το Μάι Τάι, το Βραζιλιάνικο Ζίου Ζίτσου, το Kick Boxing, το Τάε Κβο Ντο, το Καράτε, το Τζούντο και άλλα. Το 1993 ιδρύθηκε στις Ηνωμένες Πολιτείες Αμερικής το λεγόμενο **U.F.C.** (Ultimate Fighting Championship) δηλαδή το **Απόλυτο Τουρνουά Πολεμικών Τεχνών**, όπου αυτό είναι το επαγγελματικό πρωτάθλημα για τους αθλητές του M.M.A. Είναι ένα επίπεδο **πιο ψηλό** από το κλασσικό M.M.A. και είναι **πιο επικίνδυνο και βάνουσο**. Κάποιοι αθλητές M.M.A. και U.F.C. είναι



- *Lyoto Carvalho Machida*
- *Anderson Silva*
- *Ronda Rousey*
- *Jose Aldo*
- *Anthony Pettis*
- *Dominick Cruz*
- *Jon Jones*
- *Bas Rutten*



Συμμετείχαν οι: Κώστας Αργυρός
Ματέος Γκοροβέτσι

Τελευταία Ενημέρωση: 25/4 2017 11:15

