

Tai tradicinio japoniško šaudymo iš lanko – Kyudo – entuziastus vienijanti organizacija, populiarinanti Kyudo Lietuvoje bei atstovaujanti Lietuvai tarptautiniuose renginiuose.



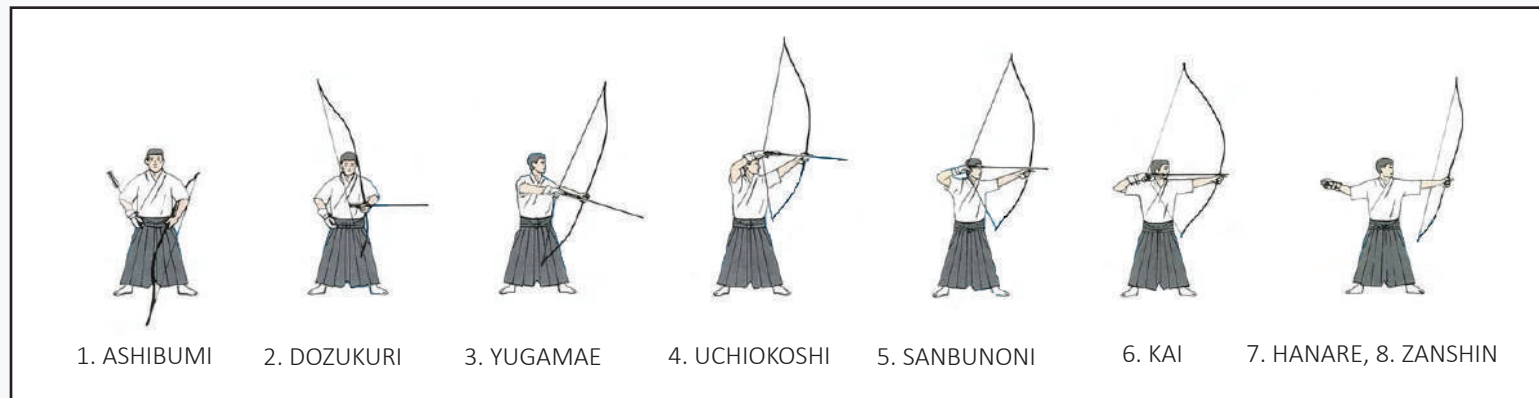
Kyudo – tai vienas seniausių ir gilių tradicijų turinčių kovos menų Japonijoje. Senovėje lankas buvo naudotas medžioklėje, vėliau – karyboje. Įsivyravus taikos periodui samurajai turėjo išlaikyti savo kovinius sugebėjimus ir praktika kovos menų mokyklose po truputį įgavo dvasios tobulinimo, ritualinį aspektą. Kiekviena kovos menų mokykla turėjo savitą techniką, discipliną, tradicijas.

XX amžiaus viduryje Japonijoje susirinko geriausi šalies lanko ekspertai bei mokytojai ir buvo priimta bendra visas šaudymo iš lanko kovos meno mokykla ir tradicijas vienijanti šaudymo iš lanko forma. Kyudo pradėjęs plisti po pasaulį kūrėsi tarptautinė, Europos bei atskirų šalių nacionalinės Kyudo federacijos. Šiai dienai Kyudo įgavo ne tik dvasinį, bet ir sportinį aspektą, organizuojami seminarai, rengiamos varžybos. Tarptautinei Kyudo Federacijai priklauso 28 šalys narės, 19 šalių vyksta Kyudo veikla. Japonijoje apytiksliai yra 125000, o likusiame pasaulyje apie 5000 praktikuojančių žmonių.

Verta paminėti, kad 2018 metais III pasaulio Kyudo čempionate Tokijuje Lietuvos komanda užėmė garbingą IV vietą. Lietuvos Kyudo Federacijos nariai treniruojasi pagal Heki-ryu Insai-ha mokyklos bei Tarptautinės Kyudo Federacijos nustatytus principus.



Heki-ryu Insai-ha šūvio atlikimo technika (8 žingsniai- HASSETSU)



1. ASHIBUMI

2. DOZUKURI

3. YUGAMAE

4. UCHIOKOSHI

5. SANBUNONI

6. KAI

7. HANARE, 8. ZANSHIN

1. ASHIBUMI - kojų ir pėdų pastatymas. Pėdos statomos V raidės forma. Abiejų kojų nykščiai sudaro tiesią liniją į taikinio centrą. Atstumas tarp kojų nykščių – Yazuka ilgio Kampas tarp pėdų – 60 laipsnių. Lanko viršūnė laikoma per kūno vidurio liniją ir 10 cm pakelta nuo grindų.

2. DOZUKURI - kūno sustatymas. Nugara ištiesinta. Pečių, klubų bei pėdų linijos lygiagrečios. Lankas statomas ant kairiojo kelio. Žvilgsnis tiesiai prieš save, tarp lanko ir templės. Dešinė ranka ant dešiniojo klubo.

3. YUGAMAE - lanko paruošimas. TORI KAKE – templės užkabinimas dešine ranka. TE NO UCHI – lanko paėmimas kaire ranka. MONO MI – žvilgsnis į taikinį.

4. UCHIOKOSHI - lanko pakėlimas. Lankas ir strėlė keliami į viršų. Pakėlimo kampas – 45 laipsniai. Strėlė yra horizontali ir lygiagreti kūnui.

5. SANBUNONI (Hikiwake)- lanko tempimas. Vienodai ir tolygiai tempiama kairė ir dešinė rankos. Lankas įtempimas 2/3 strėlės ilgio. Strėlė yra horizontali ir lygiagreti kūnui.

6. KAI - pilnas įtempimas. TSUME AI – vertikali ir horizontali kūno linijų sustatymas. NOBI AI – galutinis išsitempimas. Penkių kryžių taisyklė:
1. Lankas ir strėlė.
2. Lankas ir kairės rankos paėmimas (tenouchi).
3. Dešinės rankos nykštys ir templė.
4. Kūno centro vertikali linija ir pečių linija.
5. Kaklo ir strėlės linijos.

7. HANARE - paleidimas. Kai įvykdomos visos pilno išsitempimo sąlygos, paleidimas įvyksta savaime.

8. ZANSHIN - išlikimas po šūvio. Paleidimo tęsinys bei išraiška. YU DAOSHI – lanko nuleidimas (rankos ant klubų). MONO MI – žvilgsnio grąžinimas. Pėdų suglaudimas.