

## Дональд Уокер (Donald Walker) "Defensive Exercises" (1840)

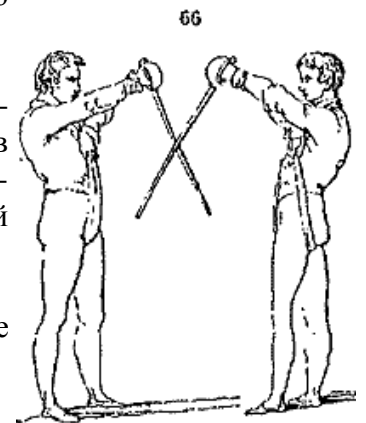
### Фехтовальная палка

Для этого упражнения используются палки с гардами в виде корзины, такие как в упражнениях с палашом, только немного тяжелее. Оба соперника раздеваются до рубашек. В некоторых областях страны для защиты рук (особенно локтей) используется набивная защита, но в Лондоне она никогда не используется.

Большинство бойцов предпочитают стоять с правой ногой впереди, но некоторые предпочитают с левой (Рис. 66).

Корпус нужно держать прямо, голову отклонив чуть назад, ноги прямыми, правую руку вытянутой и слегка согнутой в локте, кисть напротив лица, только чуть выше, палку - "свисающей" напротив левого плеча. Левая рука держит платок, завязанный свободно вокруг левого бедра, левый локоть поднят и выставлен вперед, чтобы защищать голову.

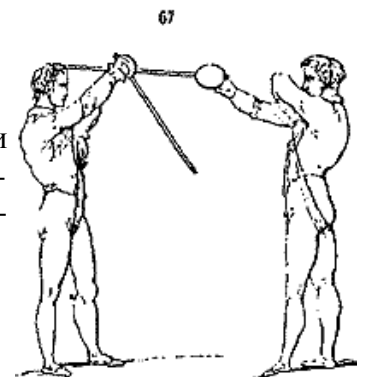
Главная цель атаки - голова; первая кровь из нее, из лица или шеи выше уровня нижней челюсти, определяет победителя.



В вышеописанной позиции голова основательно защищена. Поэтому необходимо вывести противника из этой позиции до того как атаковать его голову. Это можно попытаться сделать, атакуя его под руку в локоть или в ребра; или вы можно подождать атаки противника и затем попытаться ударить в его голову прежде, чем он возвратится в защитную позицию.

Все удары выполняются от кисти; большое искусство ударять так быстро, как только возможно, и возвращаться в основную позицию, в которой голова хорошо защищена, до того как противник ударит в нее.

Обычный удар в голову производится неожиданным вращением кисти руки из положения пронации в супинацию; конец палки описывает полукруг вокруг кисти (Рис. 67). Чтобы остановить этот удар, немного приподнимите руку. Ответный удар такой же, как и основной.



*Прим. ред.:*

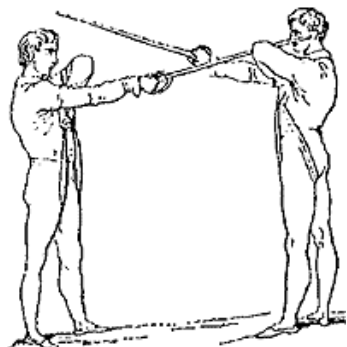
**Супинация** - вращательное движение предплечья наружу до положения, при котором кисть обращена ладонью вверх.

**Пронация** - поворот предплечья таким образом, что ладонь оказывается повернутой кзади. В этом положении кости предплечья (лучевая и локтевая) перекрещиваются.

Удар по верху руки выполняется, когда противник, из-за невнимательности или усталости, позволяет кисти своей руки опуститься ниже уровня головы. В этом ударе, палка проходит близко над рукой противника; запястье не поворачивается в положение супинации; и удар в целом более горизонтален и проходит по диагонали слева. (Рис. 68). Чтобы защититься от этого - поднимите руку.

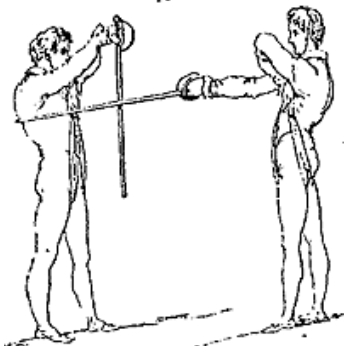


69



Обычный ответный удар после такой атаки - это удар в левую часть лица (Рис. 69), который часто удается из-за сложности для противника возвратиться в защиту после удара по верху руки.

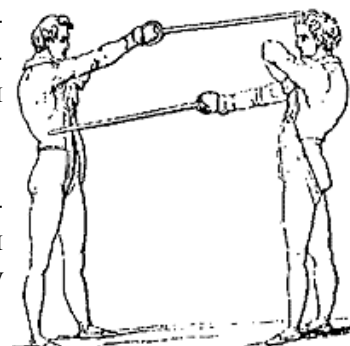
70



Удары в ребра выполняются, в основном, чтобы ослабить противника, и заставить его опустить руку, чтобы раскрыть голову. Мы ударяем только в ребра справа (Рис. 70).

Некоторые игроки защищаются от этого движением палки вниз, другие - не защищаются совсем, но вместо этого, сами бьют в голову (Рис. 71).

71

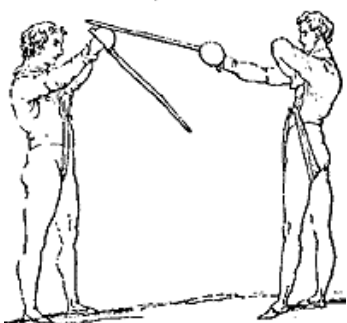


72



Правое предплечье и локоть - также частые точки для атаки. Удар по внутренней части локтя в сгиб руки, ослабляет нерв проходящий вниз к третьему и четвертому пальцу и не дает использовать их для держания палки (Рис. 72).

73



Иногда атакуют кисть руки, но ее можно защитить, слегка повернув вправо. (Рис. 73.)