



**ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ  
ПО ГУШТИНИ МИЛЛИ КАМАРБАНДИ**

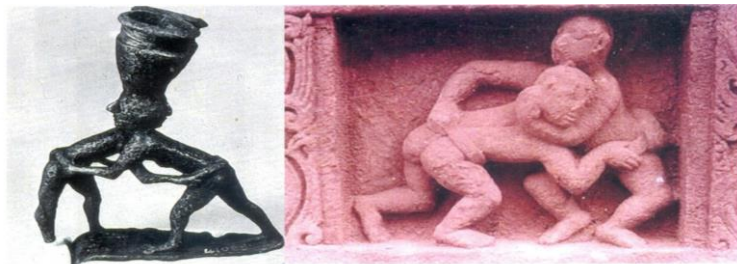
## Правила проведения соревнований по гюштини милли камарбанди

### I. Описание.

Национальная борьба на поясах «гюштини милли камарбанди» (гюштин – борьба, камарбанд – пояс, милли – национальная) является древней борьбой таджиков и имеет богатую историю. Борьба на поясах – один из самых древних видов спорта. Это убедительно доказывают древние рукописи, документы и различные исторические памятники искусства. Специалисты находили наскальные рисунки с изображением борьбы на поясах в самых различных уголках Земли – в Центральной Америке, Африке, Европе, Азии. Возле Багдада в 1938 году была найдена бронзовая статуэтка двух борцов на поясах, которой примерно шесть тысяч лет. В китайской хронике «Тан Шу» XI века упоминается о соревновании по борьбе на поясах. В XI веке об этой борьбе рассказывал учёный и философ Авиценна. На праздниках «Навруз», которому более трех тысяч лет, наряду с другими национальными видами, как стрельба из лука, перетягивание каната, мужчины состязались в борьбе на поясах.

На коне в бою воин всегда держит ноги в стремях, и действовать против врага ногами без риска легко выпасть из седла на землю он не может. Поэтому на тренировках в мирное время бойцы, точно воспроизводя боевую обстановку, также исключали действия ногами. Однако, по ходу схватки конник мог очутиться слева или справа от врага. Отсюда пошли броски с зашагиванием за левую ногу и броски с зашагиванием за правую ногу соперника.

Воину нужны были сильные кисти, локти, предплечья, плечевой сустав и спина. Тяговое усилие рук, плеч и спины в короткий миг решало вопрос жизни и смерти воина. Отсюда изнурительные тренировки с развитием беспримерной мощи тягового усилия бойца и резкого броска через грудь, броска с зашагиванием, с подседом, подсадом или броска выводом за спину.



### II. Правила.

Форма одежды борцов: яхтак (рубашка с длинными рукавами и треугольном разрезом) и белые штаны. Пахлаваны представляются публике глашатаем.





Схватка проводится в захвате с завязанными поясами: соперники стоят лицом друг к другу с завязанными поясами. После захвата пояса руками расстояние между кулаками должно быть таким, чтобы кулаки оказались на спине соперника. Стойка (исходное положение): соперники, стоя на ногах, после захвата наклоняются вперед, кладя головы на правые плечи друг друга.



Просунув кисти рук под пояс соперника с наружной стороны, борцы захватывают пояса, слегка наворачивая на кисти. Арбитр проверяет готовность борцов и даёт команду, после чего участники начинают схватку.

Исходом схватки является победа одного из борцов. Выиграть схватку борец может в случае, если он оторвал от ковра соперника и бросил его на спину. Сам он при этом падает вместе с соперником.

