



Tajlandski boks (Muay Thai) je kontaktna borilačka vještina nastala na području današnjeg Tajlanda kao izravna posljedica čestih sukoba Tajlandana s ostalim narodima s područja jugoistočne Azije. Muay Thai je primarno korišten kao metoda samoobrane koju su tajlandski ratnici koristili u sukobima i ratovima. Od tada pa do danas Muay Thai je postao važan dio povjesne baštine Tajlanda. Prva poznata uporaba Muay Thai-a kao sporta zabilježena je za vrijeme vladavine kralja Prachao Sua (1697-1709) koji se i sam često borio. Važna ličnost u povijesti Muay Thai-a je Nai Khanom Dtom, koji je prema legendi bio zarobljen u ratu s Burmom, te se morao boriti protiv desetorice najboljih burmanskih boraca.

Nai je u borbama bez stanki pobjedio sve burmanske borce te tako proslavio Muay Thai. Muay Thai je postao dio obuke svih tajlandskih vojnika, a ubrzo se proširio i među narodom. U ranim 1920-im i 1930-im godinama usvajaju se prva službena pravila. Borba se počinje odvijati u ringu, uvode se vremenski definirane runde, a borci počinju nositi rukavice. U slijedećim godinama grade se stadioni kao poznati Lumpinee stadion (1956.). Danas je Muay Thai jako priznat u svijetu što je posljedica njegove često prikazane superiornosti u ringu.

Muay Thai je poznat kao „The art of eight limbs“ ili u slobodnom prijevodu, vještina osam udova. Taj naziv opisuje zapravo ono čime je dozvoljeno udarati, a to su ruke, noge, koljena i laktovi. Baš zbog raznolikog repertoara udaraca, ali i područja tijela gdje je dopušteno udarati (u praksi, sve osim međunožja), Muay Thai se smatra fizički jako zahtjevnim sportom čiji su borci iznimno čvrsti i otporni. Profesionalne borbe se održavaju najčešće u pet rundi koje traju po tri minute, uz dvije minute odmora između rundi. U amaterskim borbama najčešće se radi o četiri runde po dvije minute za seniore, te tri runde po dvije minute za juniore. Važno je napomenuti da se prije borbe izvodi tradicionalni Wai Khru, ples/molitva u čast treneru i klubu u kojem trenira (ali i roditeljima, itd.). Za vrijeme borbe svira se tradicionalna tajlandska glazba koja se u Tajlandu (poželjno svugdje) zaista svira uživo, a sam tempo glazbe se mijenja na način da se iz runde u rundu ubrzava ne bi li se i tempo borbe ubrzao. Borci pri ulasku u ring nose tradicionalni Mongkol koji simbolizira klub iz kojeg dolaze (može se nositi i Prajead). U amaterskim natjecanjima borci nose zaštitnu kacigu, zaštitnu gumicu za zube, štitnik za prsa, štitnike na laktovima, štitnike na potkoljenicama, suspenzor te rukavice (10 oz). Sudac borbama daje

## Muay Thai

Autor Administrator

Subota, 17 Travanj 2010 23:45 - Ažurirano Petak, 14 Svibanj 2010 13:33

---

naredbe na tajlandskom jeziku.

Sekcija za tajlandski boks KBK Mornar-a je registrirana u Hrvatskom Savezu Tajlandskog Boksata pod nazivom Klub Tajlandskog Boksata „Split“. Treninzi se održavaju od Ponedjeljka do Petka u prostorijama KBK Mornar-a. Za sve detaljnije informacije o treninzima nazovite:

091 5401 195

095 909 7533

Ili na e-mail: