

RATTAN RING

Sławomir Oleszek
Gdańsk, 2020

w nawiązaniu do tematu

Rattan ring, po kantońsku Juk Wan, to generalizując określenie obręczy wykonanej z tworzywa roślinnego takiego jak rattan, bambus, różanecznik, lub innego pochodnego surowca poddającego się obróbce technologicznej w zakresie gięcia i spajania.

Za określeniem Rattan ring w świecie zachodnim często idą też obręcze z innego tworzywa np. ze stali czy drewna. Nie jest to jednak precyzyjne odwzorowanie nazwy, ponieważ oprócz przypisywanego im terminu ogólnego Rattan ring noszą one w południowych Chinach swoje właściwe nazwy, jak Tit Wan, Muk Wan i im podobne. Rzesze swoich zwolenników znajdują nowoczesne obręcze z plastiku, które w Polsce spopularyzowały się za sprawą Polskiego Kongresu Yong Chun Kung Fu. Nastąpiło to dzięki gdańskiej arenie sportowej. Po raz pierwszy można było je zobaczyć w 2008 roku podczas rozgrywania konkurencji form z obręczą w trakcie drugich Krajowych Mistrzostw Wing Chun i Weng Chun Kung Fu pod patronatem honorowym Prezydenta Miasta Gdańska Pawła Adamowicza. Od 2013 roku trening z obręczą wykonaną z rattanu, wikliny czy plastiku, realizowany jest w ramach programu Juk Wan Kuen projektowanego w Polskim Stowarzyszeniu Boksu Yongchun. Część tego programu stanowią pojedyncze ćwiczenia izometryczne, ciągi technik połączonych w krótkie sekcje oraz odpowiadające tradycyjnym formom Wing Chun sekwencje ruchowe.

Wspomnianym wyżej korelatem Rattan ring jest obręcz stalowa zwana po kantońsku Tit Wan. Służy ona zwiększonemu obciążaniu mostu barkowego i górnych partii ciała w celu podniesienia jakości technik Wing Chun w zakresie ich siły i wytrzymałości na zmęczenie mięśniowe. Dawniej w praktyce treningu z obręczą stosowano również obciążeniowe obręcze z toczonoego kamienia, umożliwiające przeprowadzenie dłoni przez jego wydrążony środek. Obecnie są to przybory unikalne, spotykane marginalnie w szkołach powiązanych z południowymi systemami kungfu białego żurawia. Trening z obręczą spotykany jest szczerkowo w niektórych szkołach walki Wing Chun kungfu, Weng Chun, Hung Gar, Tang Lang, Pak Mei czy Chow Gar, głównie wzdłuż południowego pasa nadmorskiego Chin.

