<h1>Киокушинкай – самый контактный стиль каратэ</h1>

 На сегодняшний день каратэ киокушинкай можно назвать одним из наиболее жестких стилей, поскольку в большинстве случаев данный стиль не предусматривает специальное защитное снаряжение. Соответственно, при занятиях каратэ киокушинкай подразумевается полный контакт, а сам тренировочный процесс направлен на подготовку спортсменов к реальным боям. <br>

 Разумеется, каратэ киокушинкай, как и любой вид боевых единоборств, выставляет на первый план не только боевой аспект, но и оздоровительное воздействие на организм. Так любой спортсмен, который начинает заниматься данным стилем каратэ, вне зависимости от возраста, начинает набирать приличную физическую форму. <br>

 Несмотря на то, что в соревнованиях по каратэ киокушинкай есть множество правил, каждый отмечает исключительную зрелищность и, прежде всего, безопасность боев. Эта безопасность обусловлена отсутствием ударов руками по голове. Впрочем, у каждого представителя каратэ киокушинкай на этот счет есть собственный взгляд. <br>

 Нельзя не учитывать тот факт, что в киокушинкай, который является самым контактным стилем каратэ, могли бы возникать тяжелые травмы – вследствие отсутствия защиты и разрешения наносить удары по голове. Тем более, необходимо помнить, что в каждом виде единоборств существуют особые техники защиты, но всегда защита от ударов в голову голыми руками значительно отличается от подобных ударов в перчатках. Тем более, тренировочные процессы в киокушинкай подразумевают отработку как боевой, так и спортивной техники ведения боя. <br>

 Можно ли сравнивать каратэ киокушинкай с другими видами спортивных единоборств? Разумеется, ведь все познается в сравнении. Однако то, что киокушинкай соединяет в себе лучшие техники, которые позволяют самосовершенствоваться спортсмену, как в спортивном, так и в физическом плане, это неоспоримый факт. <br>