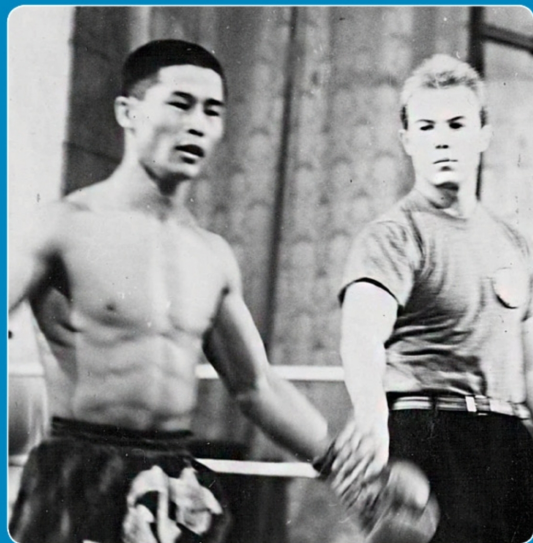


СЕРГЕЙ ЗАЯШНИКОВ

1990-1994

12+

## Как это было. Юность эпохи. Дневник тай-боксера



**ИСТОРИЯ ТАЙСКОГО БОКСА (МУАЙ ТАЙ) В РОССИИ**

Заметки Президента РЛМТ (осн.1992), Вице-президента  
ФТБР (1995-2007) Сергея Заяшникова

**Сергей Иванович Заяшников**  
**Как это было. Юность**  
**эпохи. Дневник тай-**  
**боксера. 1990 – 1994 гг.**

Серия «История развития тайского бокса (муай тай) в России. Заметки Президента РЛМТ (осн.1992), Вице-президента ФТБР (1995-2007) Сергея Заяшникова», книга 9

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=67872624](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67872624)  
SelfPub; 2023*

**Аннотация**

Как проходили самые первые тренировки и бои по тайскому боксу в России в начале 90-х.

Рассказ от первого лица, яркий и образный.

Цитата:

«А потом – регулярные профбои по муай тай раз в месяц в «ЦК» (Новосибирский ресторан «Центральный» называли в народе «Центральный кабак»).

Полный зал, дорогие билеты, банкиры, силовики, авторитеты, зрители постоянные на машинах из Томска, Барнаула, Омска, Кемерово (в 90-е по зимним дорогам за 500 км поехать на бои в Новосибирск....)

Пять-шесть профбоев за вечер. География – вся Россия и СНГ, без преувеличения, у нас начинали карьеры Дима Пясецкий (BLR), Гриша Дрозд, Виталий Ильин...

Какой был тогда тайский бокс!»

# Содержание

Автобиография	31
Библиография	42

# Сергей Заяшников

## Как это было. Юность эпохи. Дневник тай- боксера. 1990 – 1994 гг.

Сергей Стафеев вспоминает, [см.видео](#):

«Да, да, помню те времена! Были люди в наше время,  
[см.видео](#)...

В 1990-м я пришел в СК «Ермак»... Тогда тренировались в спортзале школы ([см.видео](#)) вместе с группой ОФП (кара-те было запрещено в СССР, поэтому энтузиасты часто маскировали занятия под видо «ОФП» и т.д – Прим. редак.). В зале человек сто ([см.видео](#)).



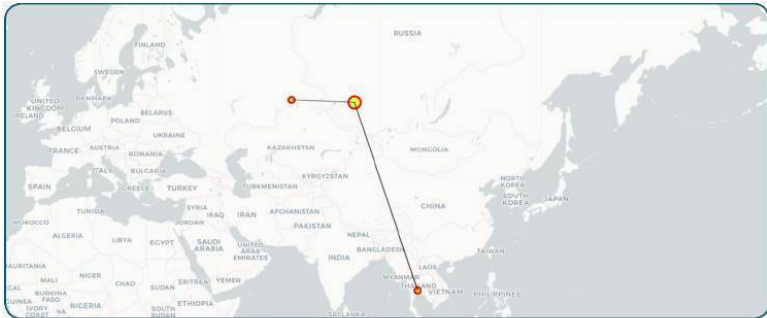
СЕРГЕЙ ЗАЯШНИКОВ  
**ТЕХНИКА КАРАТЭ**



Разруха полная – стекло половины нет, зимой в зале со-  
сульки до пола, вода – только холодная, и то не всегда. Меш-  
ки – из какого-то «дьявольского» брезента, напрочь сдираю-  
щего кожу с рук (да и со снарядных перчаток).

И в этих условиях энтузиасты кикбоксинга ([см.видео](#)) (а  
позже и тайского бокса ([см.видео](#))) тренировались, выступа-  
ли ([см.видео](#)) и мечтали о победах ([см.видео](#)).

Сергей Иванович (Заяшников – Примеч. ред.) говорил  
нам, что мы «первые тай-боксеры ([см.видео](#)) на территории  
России ([см.видео](#))»



1992. География муай тай в России и СНГ  
и «мы станем легендой ([см.видео](#))» ([см.видео](#)),





«поднимем славу российского муай тай на первые места в мире»...



1992 г. Новосибирск. Спортклуб «Ермак-Весть». Слева направо: О. Терехов, С. Заяшников, А. Толменов

Очень хотелось верить ([см.видео](#)), но тогда ([см.видео](#)) это нам казалось нереальным: «Чемпион мира по тайскому боксу?! ([см.видео](#))»

Помню... почти еженедельно приходила в наш зал какая-нибудь группа агрессивно настроенных адептов единоборств и предлагали «поработать» в ринге ([см.видео](#)). Эх, тогда бы интернет с YouTube!

...Еще помню первые профбои в Новосибе. Сначала в школе (№ 127. – Примеч. ред.) – первый коммерческий турнир.



**1F**

Sergey  
Stafeev



**2F**

Vadim  
Aganin



**3T**

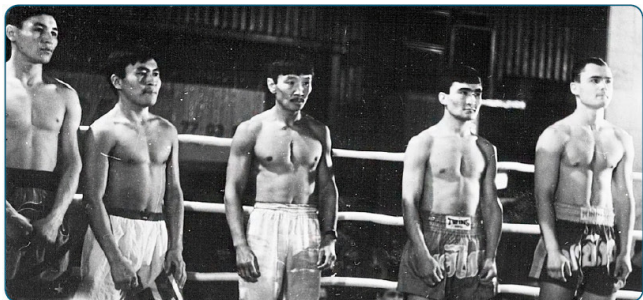
Sergey  
Zayashnikov

Выиграл у Вадима Аганина, заработал 25 рублей, потом была пара турниров в «Чкаловце» (ДК им. Чкалова. – Примеч. ред.), с другими клубами.



Тоже интересные поединки были – на обоих турнирах выиграл».

А потом – регулярные бои ([см.видео](#)) раз в месяц в «ЦК» (Новосибирский ресторан «Центральный» называли в народе «Центральный кабак» ([см.видео](#))).



Ежемесячные профессиональные бои РЛМТ в новосибирском ресторане «Центральный».

Полный зал, зрители постоянные на машинах из Томска, Барнаула, Кемерово (в 90-е по зимним дорогам за 500 км поехать на бои...).

Пять-шесть проф. боев за вечер. География – вся Россия и СНГ, без преувеличения, у нас начинали карьеры Дима Пясецкий (BLR), Гриша Дрозд, Виталий Ильин...  
Побоища...

*Сергей Стафеев,  
рефери профбоев РЛМТ 1992–1996 гг.*

Полный зал ([СМ.ВИДЕО](#)), дорогие билеты, банкиры ([СМ.ВИДЕО](#)), силовики, авторитеты, зрители постоянные на машинах из Томска ([СМ.ВИДЕО](#)), Барнаула, Омска ([СМ.ВИДЕО](#)), Кемерово ([СМ.ВИДЕО](#)) (в 90-е по зимним дорогам ([СМ.ВИДЕО](#)) за 500 км поехать на бои...).



**FIGHTBOOK** СЕРГЕЙ ЗАЯШНИКОВ

*Новосибирск. Турнир РЛМТ. В атаке Павел Бадин (Курган).*

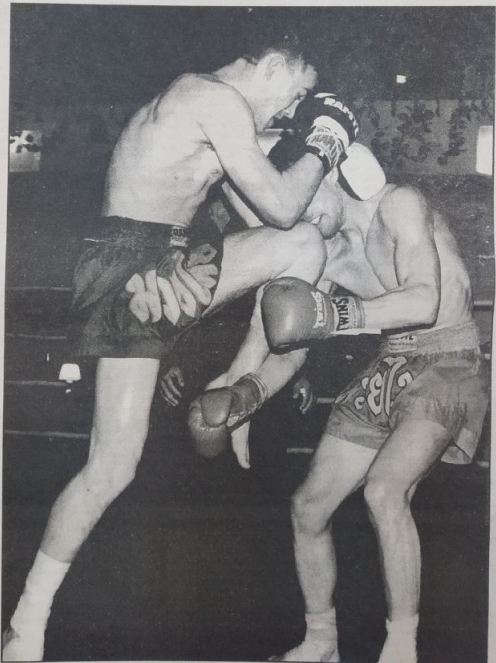
Пять-шесть профбоев за вечер.

## Фэйсом об тэйбл

хотелось ударить сидящего напротив мэна каждому, кто был в этот вечер в «ЦК»

Спорт — сродни искусству. А его заразительную и великую силу можно познать только на тайском боксе, когда нокаутирующие удары в фэйс могут «прилететь» не только от рук и ног, но и коленок. Открытый чемпионат СНГ по тайскому боксу среди любителей, прошедший в ресторане «Центральный» и на «Спартаке», показал, что есть в Новосибирске парни, способные устоять на ногах после атак ярких тайбоксеров Казахстана, Урала и Дальнего Востока. Чемпионом СНГ среди мужчин стал Евгений Еремич (клуб «Ермак-Алемар»). У юниоров золотые медали в своих весовых категориях завоевали его одноклубники Михаил Саврасов и Вячеслав Цуцуренко. «Серебро» у бойца из «Бойца» (клуб так называется) Юрия Фолонкина. Организовал тайское побоище президент Российской лиги муай тай Сергей Заяшников. Кстати, тоже новосибирец.

Фото Аркадия УВАРОВА.



сним  
рон сз.ты.  
после  
няния.  
не?  
юный  
пер.нем

ерии

анице 5.

бе  
рой

нал  
время

в этом от-

чтобы у  
вообще не  
Мая в ве-  
ий с трав-  
ываюцца  
на: техно-  
аитков и  
особство-

нь 3 Мая  
15 чело-  
Отрадно,  
е не про-  
ва.

выходиме  
то не ска-  
рой по-  
цию, вы-  
старых и  
ме нака-

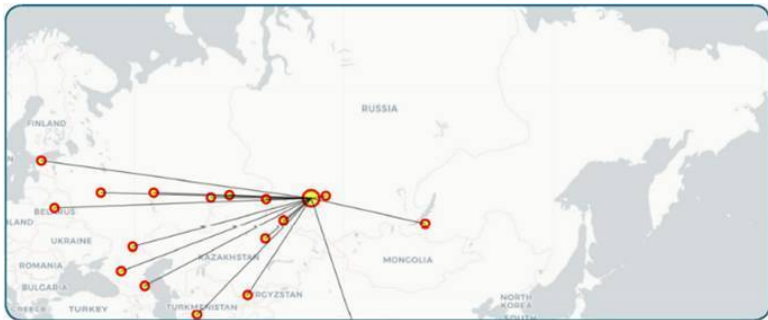
не дни и  
вместе-  
лешко-



География – вся Россия ([см.видео](#)) и СНГ ([см.видео](#)), без преувеличения,



у нас начинали карьеры ([см.видео](#)) Дима Пясецкий (BLR), Гриша Дрозд ([см.видео](#)), Виталий Ильин ([см.видео](#))...



### *1994. География муай тай в России и СНГ*

Особняком стоит Первый Чемпионат мира IFMA по любительскому тайскому боксу 1994 года в Таиланде ([СМ.ВИДЕО](#)).



Официальная команда Российской Лиги Муай Тай – 4 человека ([СМ.ВИДЕО](#)). Четыре человека – 3 завоеванных медали (!!!):



*Первый российский чемпион мира IFMA 1994 г. по тайскому боксу среди любителей – Сергей Митяев (свыше 91 кг, Колывань, Новосибирская область, тренер Валерий Кремнев), погиб в 2002 г.*

золото, серебро и бронза ([см.видео](#))! Два сибиряка и два дагестанца ([см.видео](#)):



*1994. Перед ЧМ-1994. Слева направо Г. Габиев (Махачкала), З. Зайналбеков (Буйнакск), С. Магомедов (Ставрополь).*



*С.И.Заяшников и З.А.Зайналбеков.*

А еще в Новосибирск неоднократно приезжал проводить семинары Санит Конак, пожилой тренер из Таиланда ([см.видео](#)). Тогда мы уже тренировались на стадионе «Спартак» в уютном зале в самом центре города, который Сергей Иванович как-то «выкружил» и отремонтировал за свой счет.



Первый семинар – в ноябре 1993 года. Погодка «шепчет»  
30 градусов мороза,



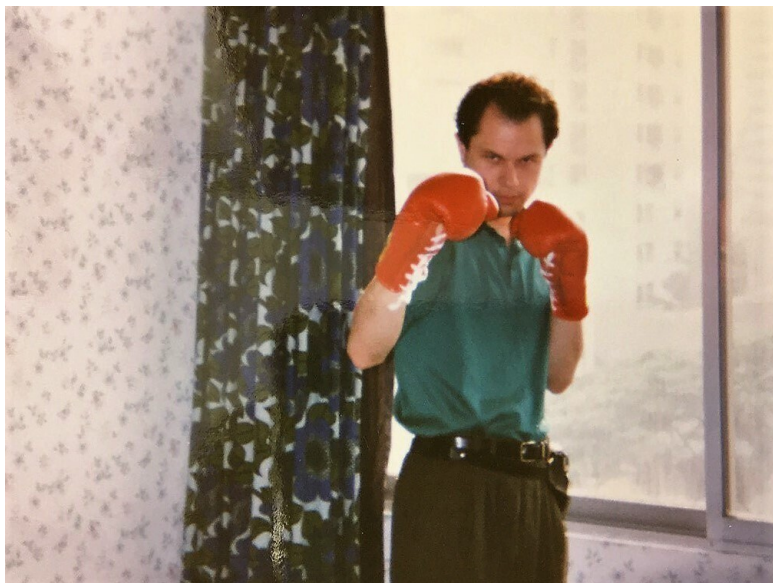
поздний вечер, на улице – ни души, тренер, одетый в валенки и полушубок, выходит после тренировки на улицу, шупает рукой морозную мглу и произносит: «Ноу пиплс !!!» Шедеврально, этого не забудешь.

Это все кратко, можно много чего вспомнить ([см.видео](#)), душевно все было ([см.видео](#)).





Сергей Иванович – точно максималист. «Или Цезарь, или ничто» ([см.видео](#)).



*1992. Бангкок. Таиланд. С.И. Заяшников. Первые купленные настоящие тайские боксерские перчатки для российских профбоев, боксерские шорты и тренерские лапы. Привезенные в Новосибирск, произвели фурор.*

Аж вздрогну, как вспоминаю, как он продал свой дом в Матвеевке, чтобы развивать тайский бокс ([см.видео](#))!

и как по ней соревновались в Союзе.  
Но теперь, надеюсь, всё изменится, и уже  
есть шанс сразу переехать в Европу  
(1994-1997-1999).

В связи с этим я договорился со старшим  
товарищем об рекламе шабара в "Европек"  
по телевизору. Н-ста весь шов, ну и  
очень близкой конкурсе и местной шабаре,  
потому что об этом путь всевозмож в  
гущине города, гущине время, гущине судья и  
защитники нам не востанов.

Спортом всем нравится купили билет,  
делает катанию канатом на ринге.  
Котиконскому уже набралась рьяна селция

15<sup>30</sup>, 29.05.1992. НСК

29.05.1992. Оригинал письма. Фрагмент. Из переписки  
С.И.Заяшниковой.

А на Чемпионат мира 1994 года, чтоб отправить команду,  
заложил свою квартиру в банке...



**FIGHTBOOK**

SERGEY ZAVASHNIKOV

Первые любительские соревнования в России – кубок РЛМТ-93, 94, 95 в Новосибирске, кстати, сразу международные: участвовали казахи и узбеки, которые потом ([см. видео](#)) сделали у себя тайский бокс.



А какой энтузиазм был у молодежи! Сколько приходило желающих тайского бокса, спортсмены «новичковой» группы выстраивались по всему периметру зала.

Какой был тогда тайский бокс!»



# Автобиография

Сергей Иванович Заяшников

# БИОГРАФИЯ

Забайкалье,  
Новосибирск,  
Москва,  
Нью-Йорк,  
Япония,  
Таиланд...





## Заяшников Сергей Иванович

Для Учителя (мои папа и мама были Учителями в сельской школе) очень важно знание жизни из первых рук.

За полвека я исколесил добрую половину нашей удивительной планеты.

Перепробовал много и работы не чурался нигде.

● В Забайкалье охотился и рыбачил.

● В Сибири учился в вузе и работал дворником, кухонным работником, художником, в леспромхозе, на радиозаводе, в комсомоле, первым в стране создал и руководил своим клубом поОФП, каратэ и муайтай, Российской Лигой Муай Тай.



Слет ОФП. В овале: С. Заяшников, 1989

- На Камчатке организовывал студенческие стройотряды.
- В Москве зарегистрировал и руководил всероссийской федерацией муайтай в Олимпийском комитете России.
- Вел свою передачу на НТВ+СПОРТ 12 лет.
- В Таиланде на фабрике по своему дизайну производил крутой спортивный инвентарь "RAMTL".



Съемка для интервью Forbes. Бекстейдж,  
Москва-Сити, 2014

- В Японии организовывал профбои для наших бойцов (112 турниров SWA в 32 городах Японии за 3 года).
- В США проводил чемпионские турниры-WBLMUAYTHAI на Манхеттене.



WBL MUAY THAI. В ринге С.И. Заяшников и Шахбулат Шамхаев (справа) после победы, Дубай, отель Ле-Меридиан

- В Европе был менеджером по проф.боксу и помогал стать Чемпионами мира ребятам.



**С. И. Заяшников с поясом IBO по боксу и Григорий Дрозд (ныне член Общественной Палаты РФ), США, г. Лос-Анджелес, 2004**

А еще были [книги](#).





Были

фильмы

... много

поражений

и много

побед

и все это было очень-очень

интересно

.

И везде тренировал, ну нравится мне

это дело

:)





# Библиография







Библиография. 1985 – 2023 гг. ([LitRes](#))

Заяшников Сергей Иванович ([отзывы об авторе](#))

Серия «Боевые искусства и спортивные единоборства. Учебные пособия. 1990–2020 гг.» ([LitRes](#)) ([видео](#))  
([отзывы](#))

**Сергей Заяшников**  
**«Боевые искусства и спортивные единоборства. Учебные пособия. 1990–2020 гг.»**  
**Серия включает 12 книг**

 <p>Сергей Иванович Заяшников №1 Техника каратэ. 1990.</p>	 <p>Сергей Иванович Заяшников №1 Техника каратэ. 1990.</p>	 <p>Сергей Иванович Заяшников №2 Русский стиль рукопашного боя. Ст...</p>	 <p>Сергей Иванович Заяшников №3 Тайский бокс. Муай тай. 1-е издание...</p>	 <p>Сергей Иванович Заяшников №5 Тайский бокс. (муай тай). 3-е издание...</p>	 <p>Сергей Иванович Заяшников №6 Тайский бокс. (муай тай). 4-е издание...</p>	 <p>Коллекция авторских учебников по тайскому боксу.</p>
 <p>Сергей Иванович Заяшников №8 Победа в бою. Энциклопедия боевого искусства...</p>	 <p>Сергей Иванович Заяшников №9 Win in the fight. Encyclopaedia of Fight...</p>	 <p>Сергей Иванович Заяшников №10 MMA, K-1 2017</p>	 <p>Сергей Иванович Заяшников №11 Fightbook. Интерактивная энциклопедия...</p>	 <p>Сергей Иванович Заяшников №12 Fightbook. Интерактивная энциклопедия...</p>		

#1. Техника каратэ. 1990.(

[LitRes](#)

) (

[аудиокнига LitRes](#)

) (

[ВИДЕО](#)

) (отзывы)

#2. Русский стиль рукопашного боя. Стиль Кадочникова. 1991 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#3. Тайский бокс. Муай тай. 1-е издание. 1994 ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#5. Тайский бокс (муай тай). 3-е издание. 2002 ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#6. Тайский бокс (муай тай). 4-е издание. 2004 ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#7. Тайский бокс. Учебное пособие для высших учебных заведений физической культуры 2006 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#8. Побеждай в бою. Энциклопедия боя: муай тай, ММА, кикбоксинг. Часть первая: тайский бокс. 1994 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#9. Win in the fight! Encyclopedia of Fight: Muay Thai, MMA, Kickboxing (Part I: Muay Thai, redacted ver). 2017 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#10. #####ММА#К-1) 2017 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#11. Fightbook. Интерактивная энциклопедия боя. Тай-

ский бокс (муай тай). 1 часть. 2020 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#12. Fightbook. Интерактивная энциклопедия боя. Тайский бокс муай тай. Часть 2. 2020г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

**Серия «Записки комсомольского секретаря РТФ НЭТИ Сергея Заяшникова. 1985–1989 гг.» ([видео](#))**



#1. Новое в работе сельхозотрядов. Записки комсомольского секретаря РТФ НЭТИ Сергея Заяшникова. Запись 1-я. 25.09.1985. Новосибирск. 2022 г. (

[LitRes](#)

) (

[ВИДЕО](#)

) (отзывы)

#2. Опробовано отличное дело. Записки комсомольского секретаря РТФ НЭТИ Сергея Заяшникова. Запись 2-я. 01.10.1986. Новосибирск 2022г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#3. Продолжение традиции – праздники на РТФ. Записки комсомольского секретаря РТФ НЭТИ. Запись 3-я. 06.03.1987. Новосибирск. 2022г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#4. Идет аттестация комитета комсомола РТФ НЭТИ. Записки комсомольского секретаря РТФ НЭТИ. Запись 4-я. 11.03.1987. Новосибирск. 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#5. Праздник удался. Записки комсомольского секретаря РТФ НЭТИ Сергея Заяшникова. Запись 5-я. 06.03.1987. Новосибирск 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#6. Наши успехи. Комсомольская жизнь РТФ НЭТИ. Записки комсомольского секретаря РТФ НЭТИ. Запись 6. 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#7. Огромный кадровый дефицит из-за массового призыва студентов в армию. Записки комсомольского секретаря РТФ НЭТИ Сергея Заяшникова. Запись 7-я. 05.10.1987. Новосибирск 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#8. Черновики доклада к конференции РТФ НЭТИ – 1987. Записки комсомольского секретаря РТФ НЭТИ Сергея Заяшникова. Запись 8-я. 1987 г. Новосибирск. 2022 г.

([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#9. Невообразимое творилось на втором этаже общ. №1 РТФ НЭТИ. Записки комсомольского секретаря РТФ НЭТИ. Запись 9-я. 05.03.1988. Новосибирск. 2022 г. ([LitRes](#))

([видео](#)) (отзывы)

#10. Солнечный апрель РТФ НЭТИ. Записки комсомольского секретаря РТФ НЭТИ Сергея Заяшникова. Запись 10-я. 05.05.1988. Новосибирск. 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#11. Не плачьте по ВУЗстрою. Записки комсомольского секретаря РТФ НЭТИ. Запись 11-я. 06.08.1988. Новосибирск. 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#12. И одержимость всегда права, когда находит свои слова. Записки комсомольского секретаря РТФ НЭТИ. Запись 12-я. 27.06.1988. Новосибирск. 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#13. Мы идем по нехоженным тропам, боевой и упрямый народ. Записки комсомольского секретаря РТФ НЭТИ Сергея Заяшникова. Запись 13-я. 19.10.1988. Новосибирск. 2022 г ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#14. Здравствуй, Дедушка Мороз, борода из ваты. Записки комсомольского секретаря РТФ НЭТИ. Запись 14-я. 08.12.1988. Новосибирск. 2022 г ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#15. К лету. Записки комсомольского секретаря РТФ НЭТИ. Запись 15-я. 01.06.1989. Новосибирск. 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)



#16. Бригада «Ух» и другие... «Пираты». Записки комсомольского секретаря РТФ НЭТИ. Запись 15-я. 16.09.1989. Новосибирск. 2022 г ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#17. Декан РТФ НЭТИ Сан Саныч Шорин. Записки комсомольского секретаря РТФ НЭТИ Сергея Заяшникова. Запись 17-я. 13.03.1990. Новосибирск. 2022 г ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

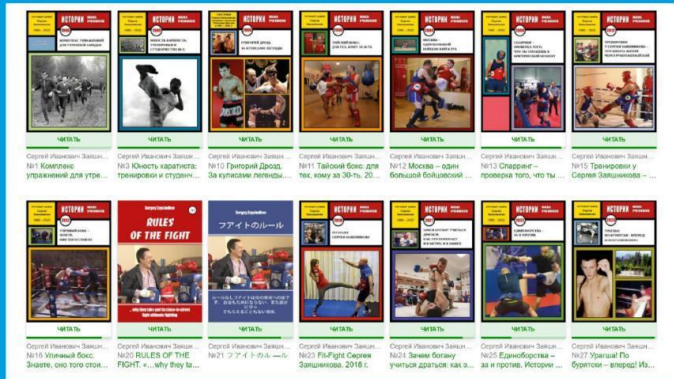
#18. Студенты радио. Энциклопедия и Списки выпускников РТФ НЭТИ 1953 – 1994 гг. 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

**Серия ««Fit-Fight (ОФП) Сергея Заяшникова». Истории моих учеников. 1986 – 2022 гг»**

## Сергей Заяшников

«Fit-Fight (ОФМ) Сергея Заяшникова». Истории моих учеников. 1986 – 2022 гг.

Серия включает 14 книг



[LitRes](#)

)(

[ВИДЕО](#)

)(отзывы)

#3. Юность каратиста: тренировки и студенчество 80-х. 1989 г. 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#10. Григорий Дрозд. За кулисами легенды. Бэкстейдж Сергея Заяшникова, менеджера и промоутера Григория Дрозда в 1995 – 2006 г. 2006 г. 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (от-

ЗЫВЫ)

#11. Тайский бокс: для тех, кому за 30-ть. 2006 г. 2022 г.  
([LitRes](#)) ([ВИДЕО](#)) (ОТЗЫВЫ)

#12. Москва – один большой бойцовский клуб. 2006 г.  
2022 г. ([LitRes](#)) ([ВИДЕО](#)) (ОТЗЫВЫ)

#13. Спарринг – проверка того, что ты сможешь в критический момент. Истории моих учеников. 2008 г. 2022 г.  
([LitRes](#)) ([ВИДЕО](#)) (ОТЗЫВЫ)

#15. Тренировки у Сергея Заяшникова – это школа жизни через рукопашный бой. Истории моих учеников. Ю.С. Москва. 2012 г. 2022 г. ([LitRes](#)) ([ВИДЕО](#)) (ОТЗЫВЫ)

#16. Уличный бокс. Знаете, оно того стоило. Истории моих учеников. Москва. 2013 год . 2022 г. ([LitRes](#)) ([ВИДЕО](#)) (ОТЗЫВЫ)

#20. RULES OF THE FIGHT. «...why they take part in close-to-street fight ultimate fighting» 2022г. ([LitRes](#)) ([СТАТЬЯ](#)) (ОТЗЫВЫ)

#21. ##### —#. 2022 г. ([LitRes](#)) ([ВИДЕО](#)) (ОТЗЫВЫ) ([СТАТЬЯ](#))

#23. Fit-Fight Сергея Заяшникова. 2018 г. 2022 г. ([LitRes](#)) ([ВИДЕО](#)) (ОТЗЫВЫ)

#24. Зачем ботану учиться драться: как это помогает в метро и офисе. Истории моих учеников. 2021 г. 2022 г.  
([LitRes](#)) ([ВИДЕО](#)) (ОТЗЫВЫ)

#25. Единоборства – за и против. Истории моих учеников. 2022 г. ([LitRes](#)) ([ВИДЕО](#)) (ОТЗЫВЫ)

#27. Урагша! По бурятски – вперед! Из неопубликован-

## Серия «История развития тайского бокса (муай тай) в России. Заметки Президента РЛМТ (осн.1992), Вице-президента ФТБР (1995-2007) Сергея Заяшникова»



#5. Первый учитель муай тай в России.  
Sanit Konak (ТНА). 1993

Г  
. 2022

Г

.(  
[LitRes](#)

)(

[ВИДЕО](#)

)(

ОТЗЫВЫ

)

#6. Я уверен, что у тайского бокса большое будущее. 1993 г. 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#7. Муай Тай по-сибирски. 1994 г. 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#9. Как это было. Юность эпохи. Дневник тай-боксера. 1990 – 1994 гг. 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#12. Истории спортивного комментатора. Анкета НТВ +СПОРТ 1998 г. 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#19. Самурайский дух. Япония. SWA boxing. 2000 – 2003 гг. 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#20. Зачем в муайтай такой риск? И зачем нужны проф-бои? Интервью Сергея Заяшникова для ОПТ (неопубл.). 2004 г. 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#22. Достигнув успеха, сразу думай, зачем ты нужен завтра. 2005 г. 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#25. Я хотел, чтобы тайский бокс стал официальным видом спорта в России. Первое интервью Сергея Заяшникова на РТР. 2009 г. 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#26. Когда российский муайтай начал побеждать в мире?

Интервью Сергея Заяшникова на TV WBC. 2015 г. 2022 г.  
([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#27. Краткая история тайского бокса (муай тай) в России.  
1990–2022 гг. Видео. Факты. Имена. 2022 г. ([LitRes](#)) ([видео](#))  
(отзывы)

## Серия «Записки тренера-гурмана. Fit-Fight Сергея Заяшникова»

**Сергей Заяшников**  
**«Записки тренера-гурмана. Fit-Fight Сергея Заяшникова»**  
Серия включает 2 книги



#1. Вкусные картинки. Рецепты тренера Сергея Заяшникова. 2011 г. 2023 г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#2. Худеем вкусно. Рецепты тренера Сергея Заяшникова. 2022 г. 2023г. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

### **Без серии**

#1. Сергей Иванович Заяшников. Биография. 2022. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)

#2. Село Кули. Забайкалье. Моя малая Родина. Летопись родного села в документах и рассказах земляков. 1978. ([LitRes](#)) ([видео](#)) (отзывы)