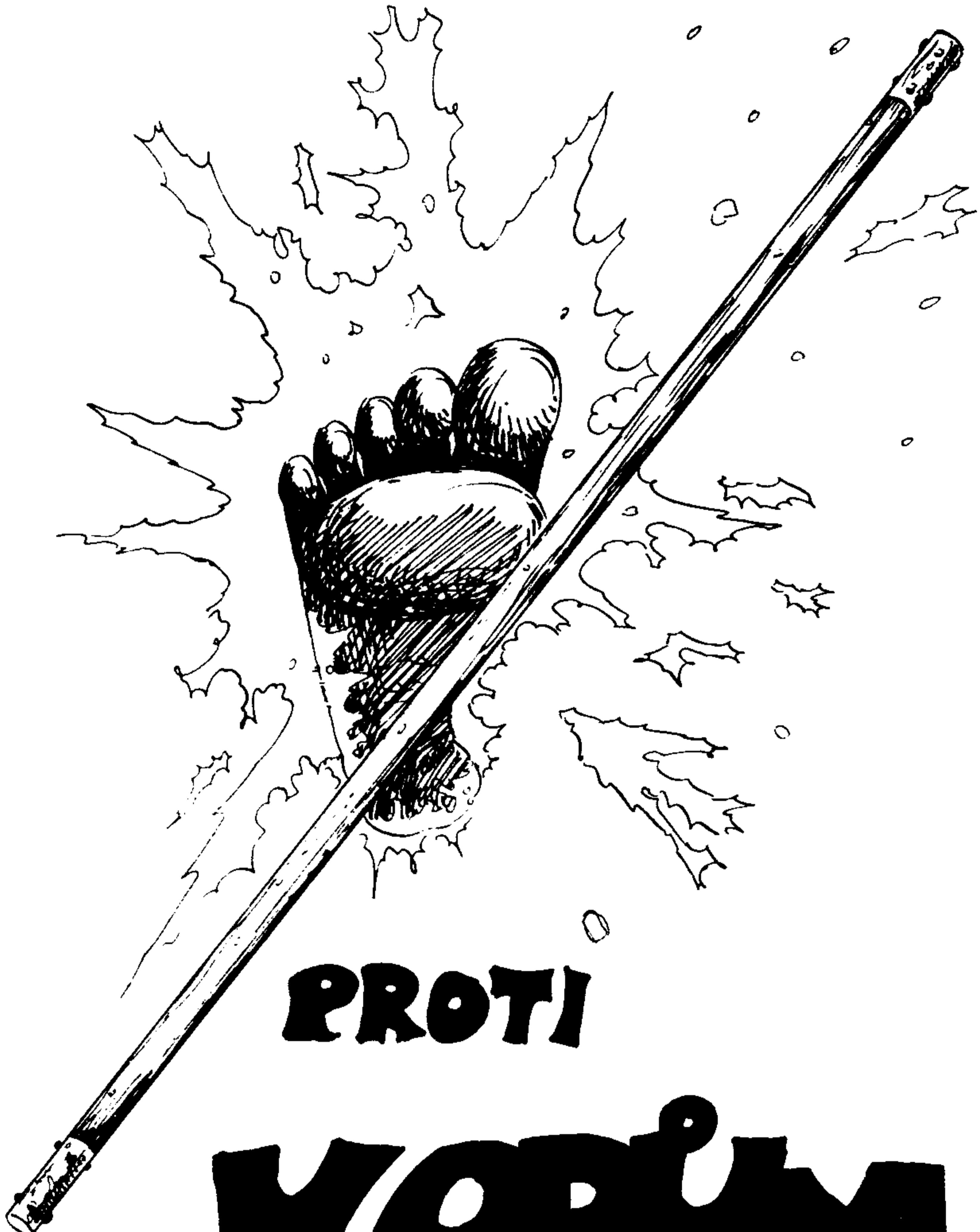
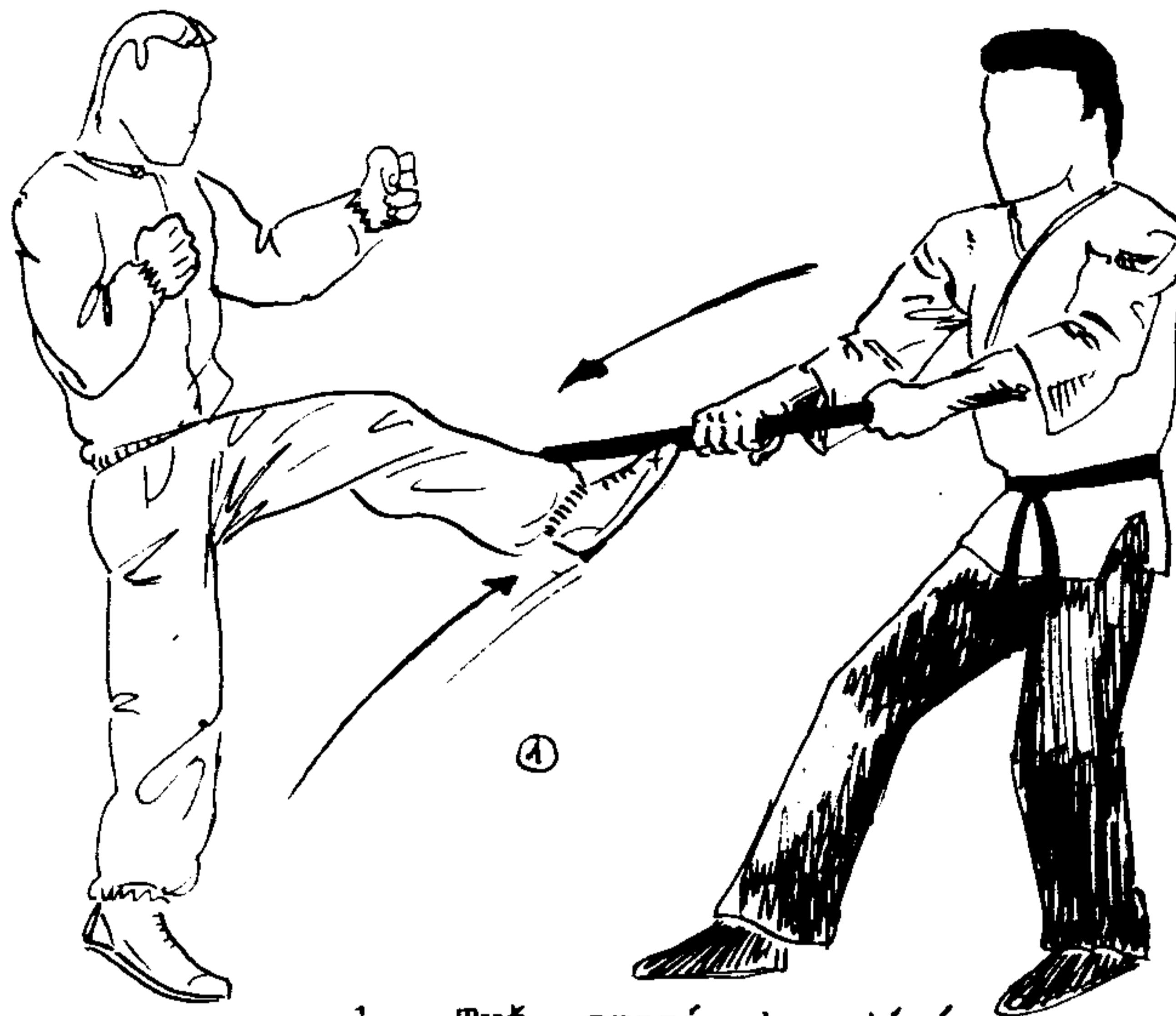
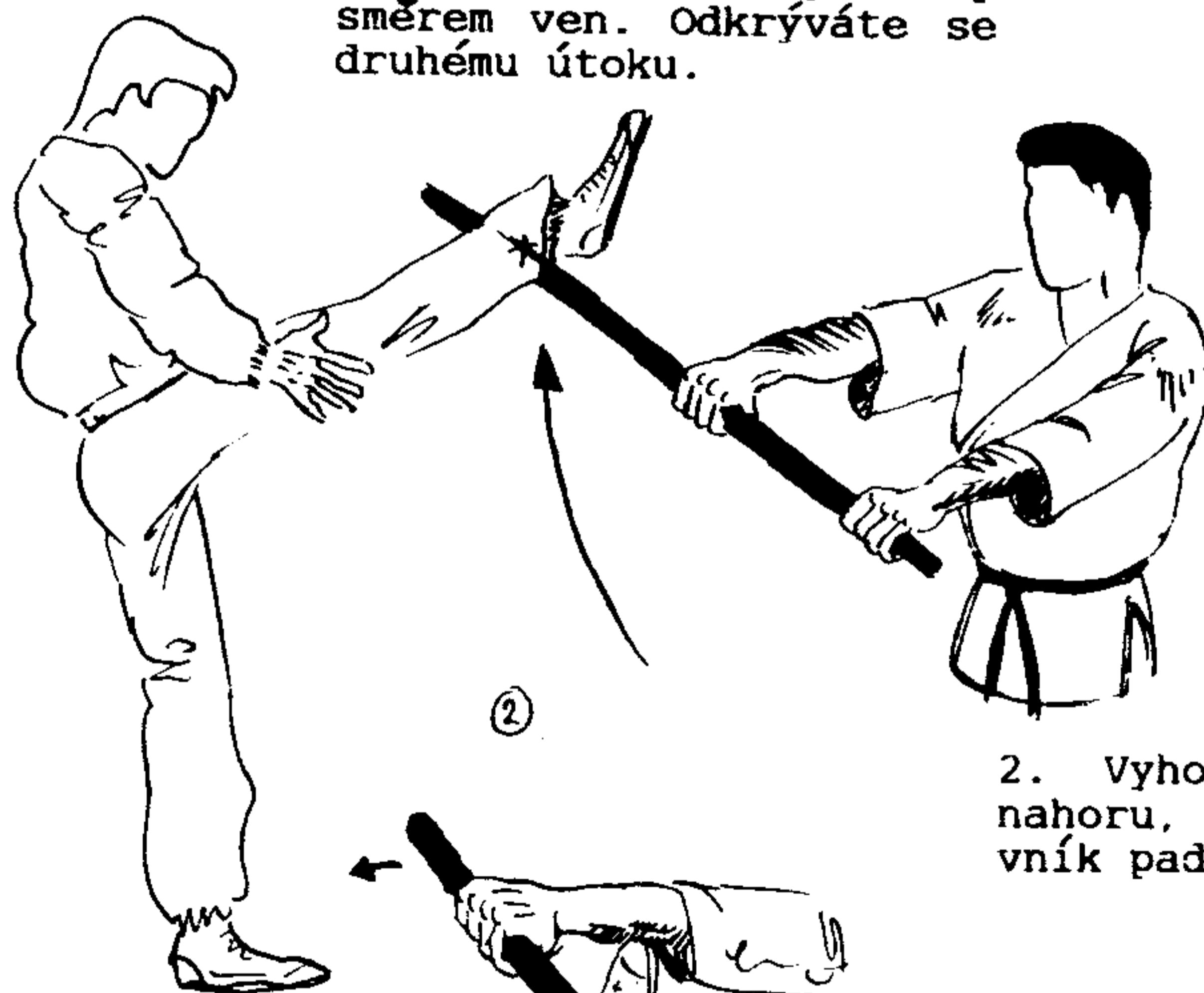


OBRANA

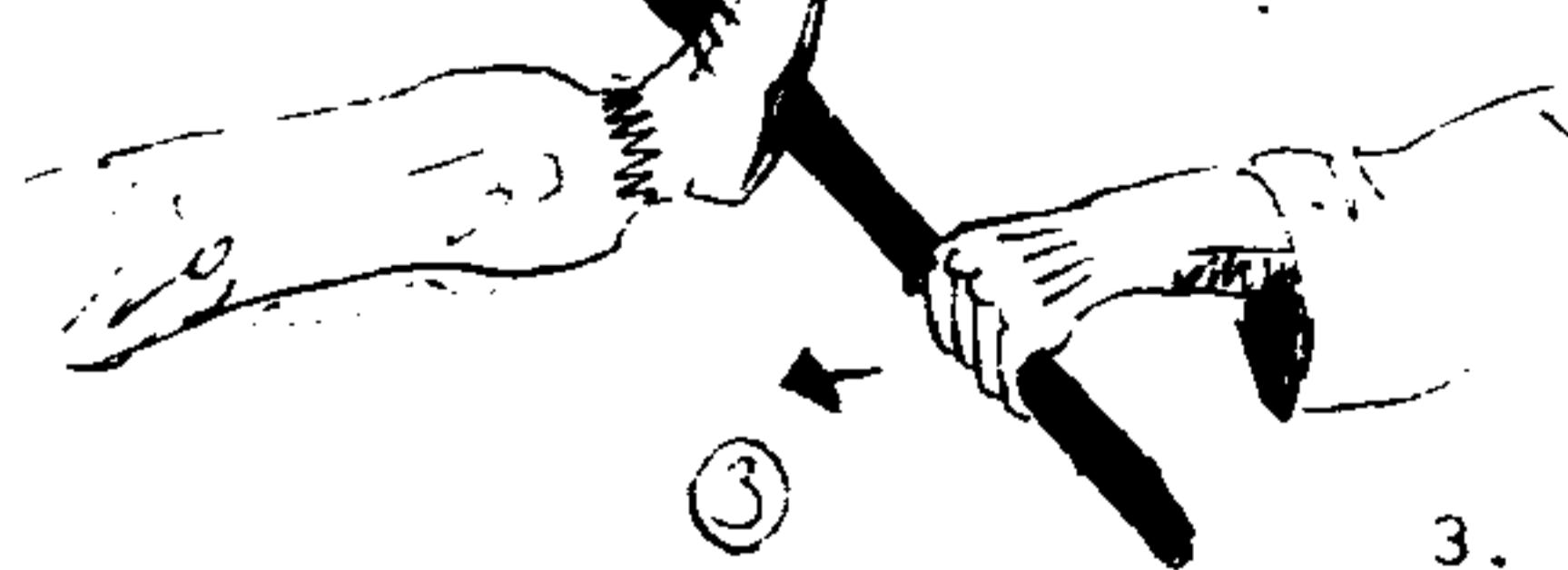




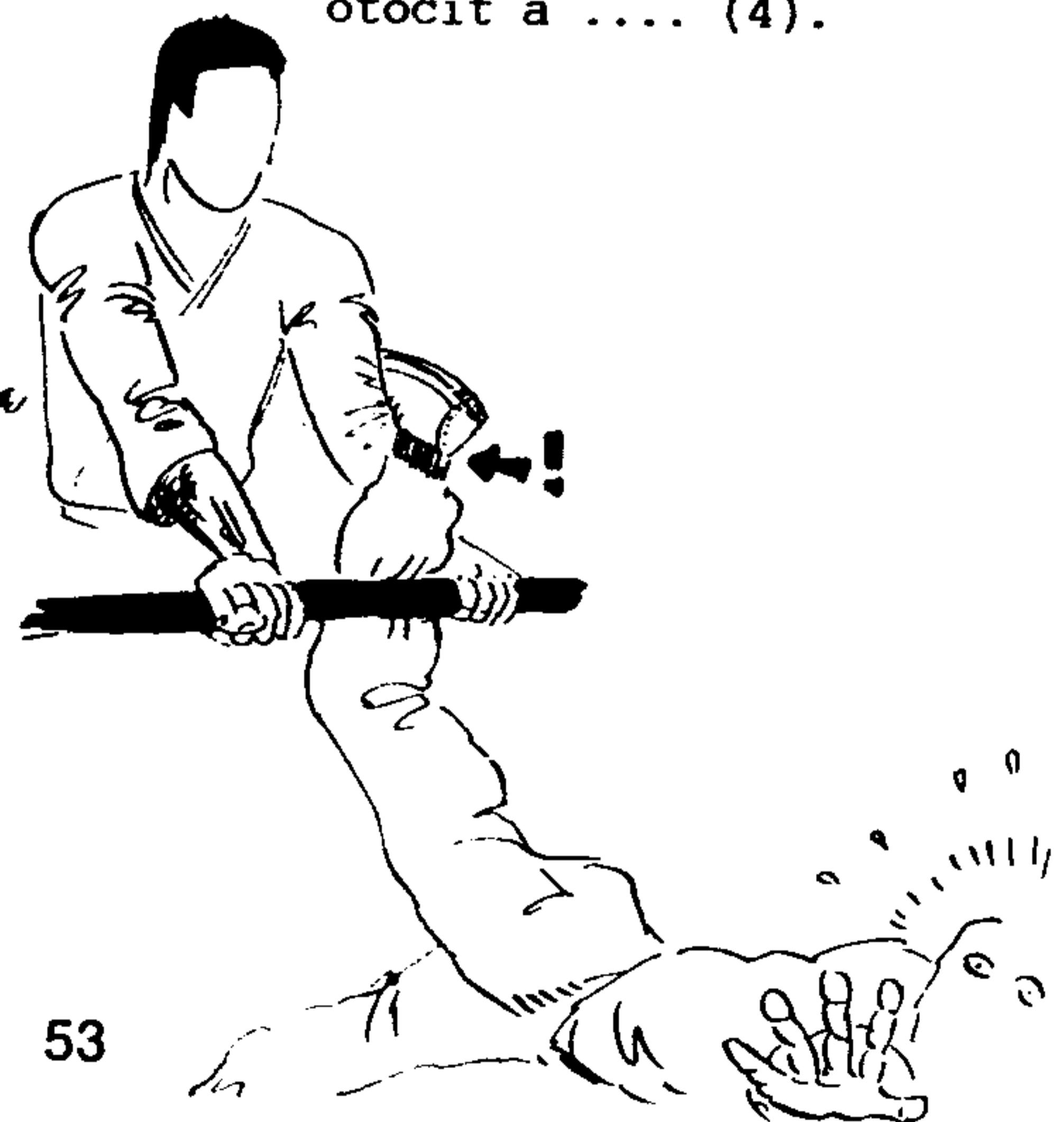
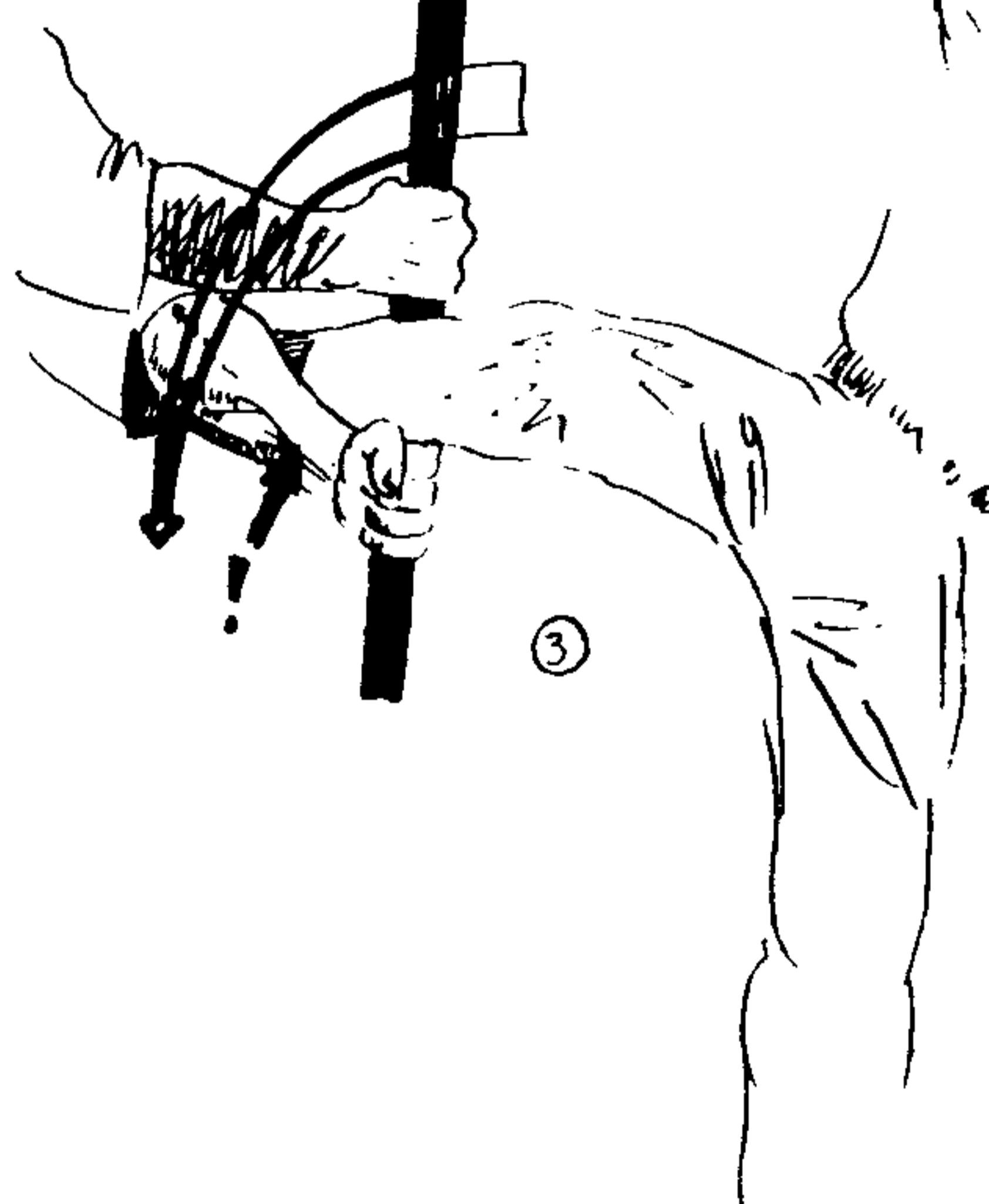
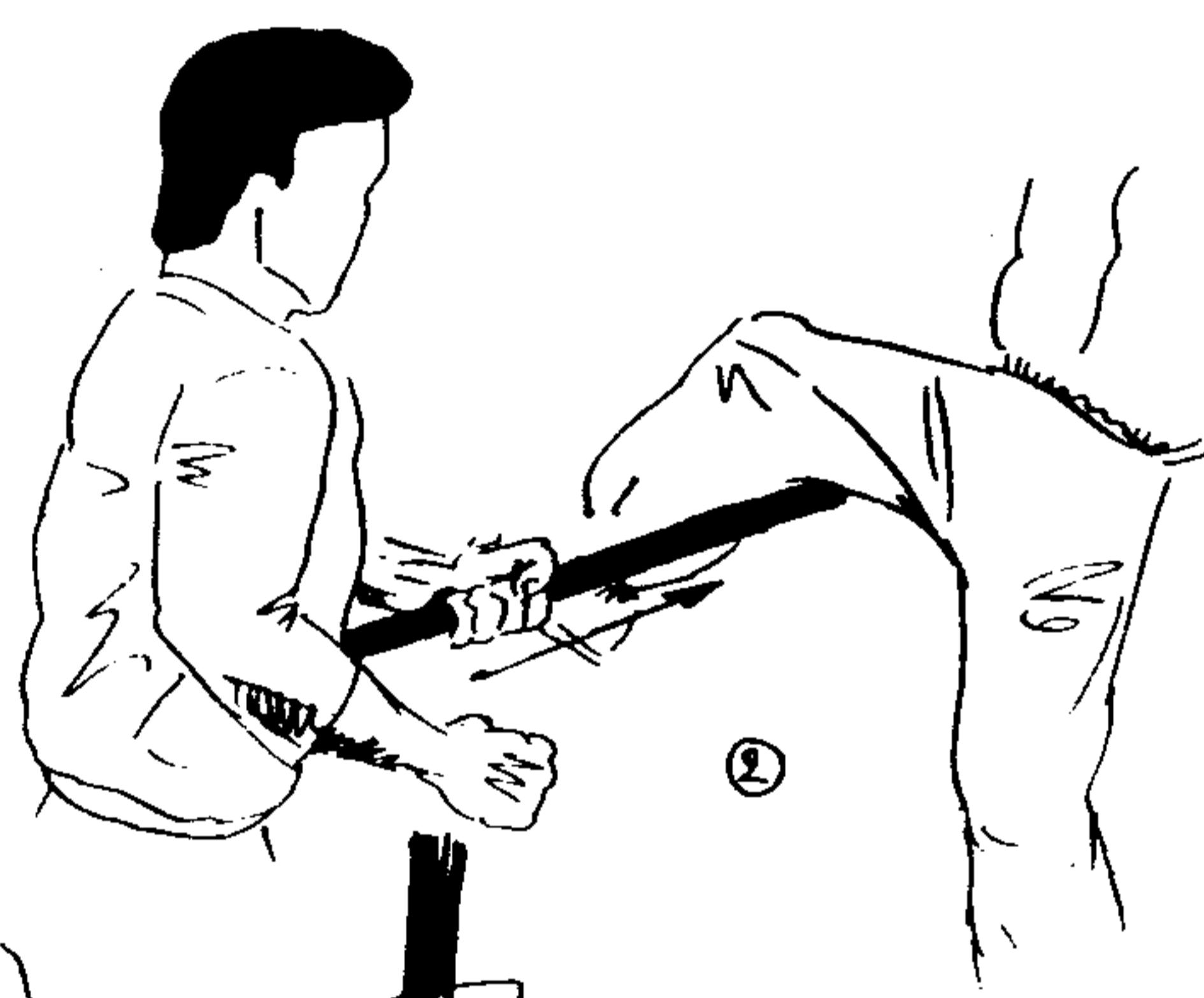
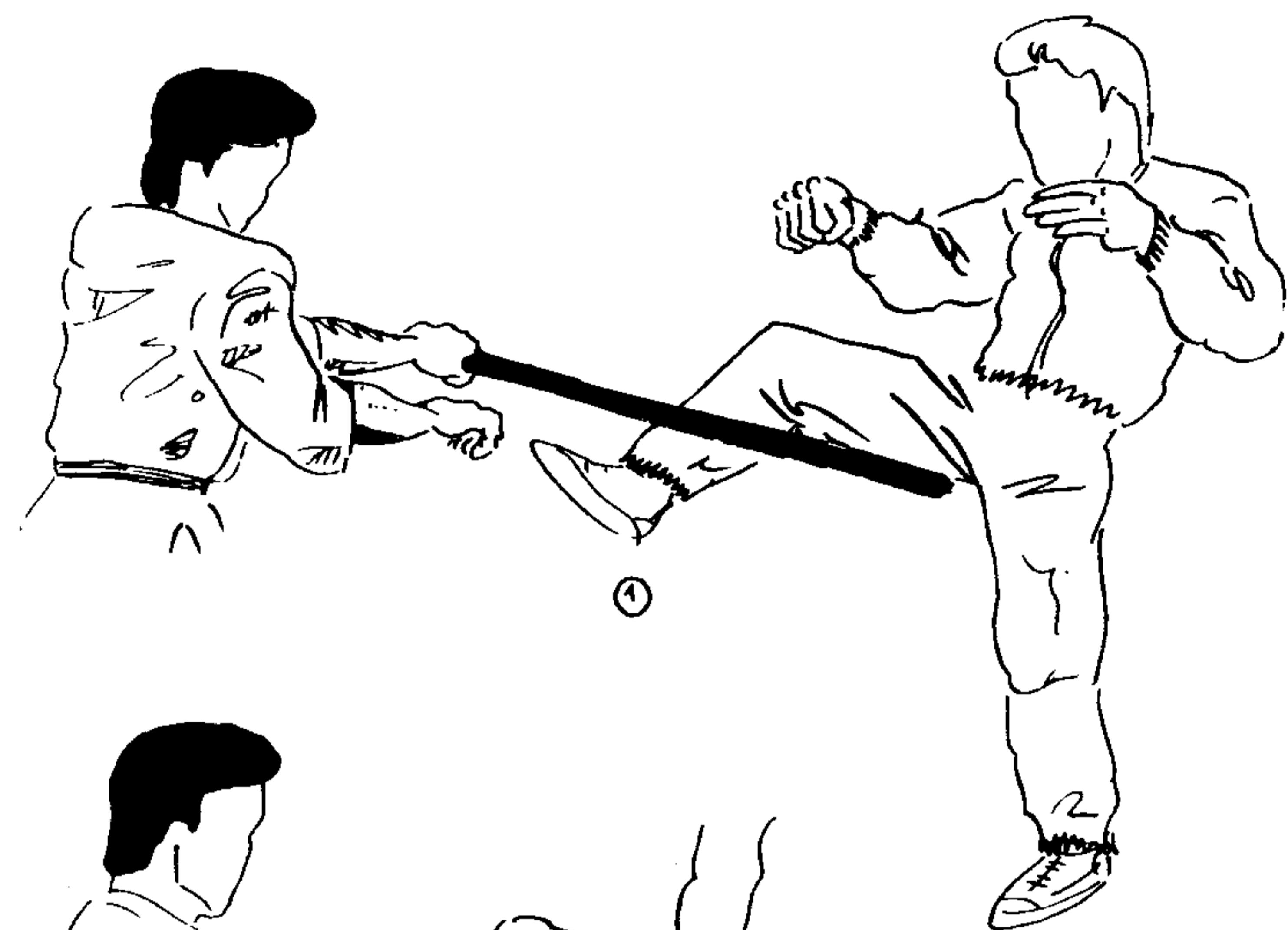
1. Tyč srazí kopající nohu dolů stranou (dovnitř). Neodvracejte kop směrem ven. Odkrýváte se druhému útoku.



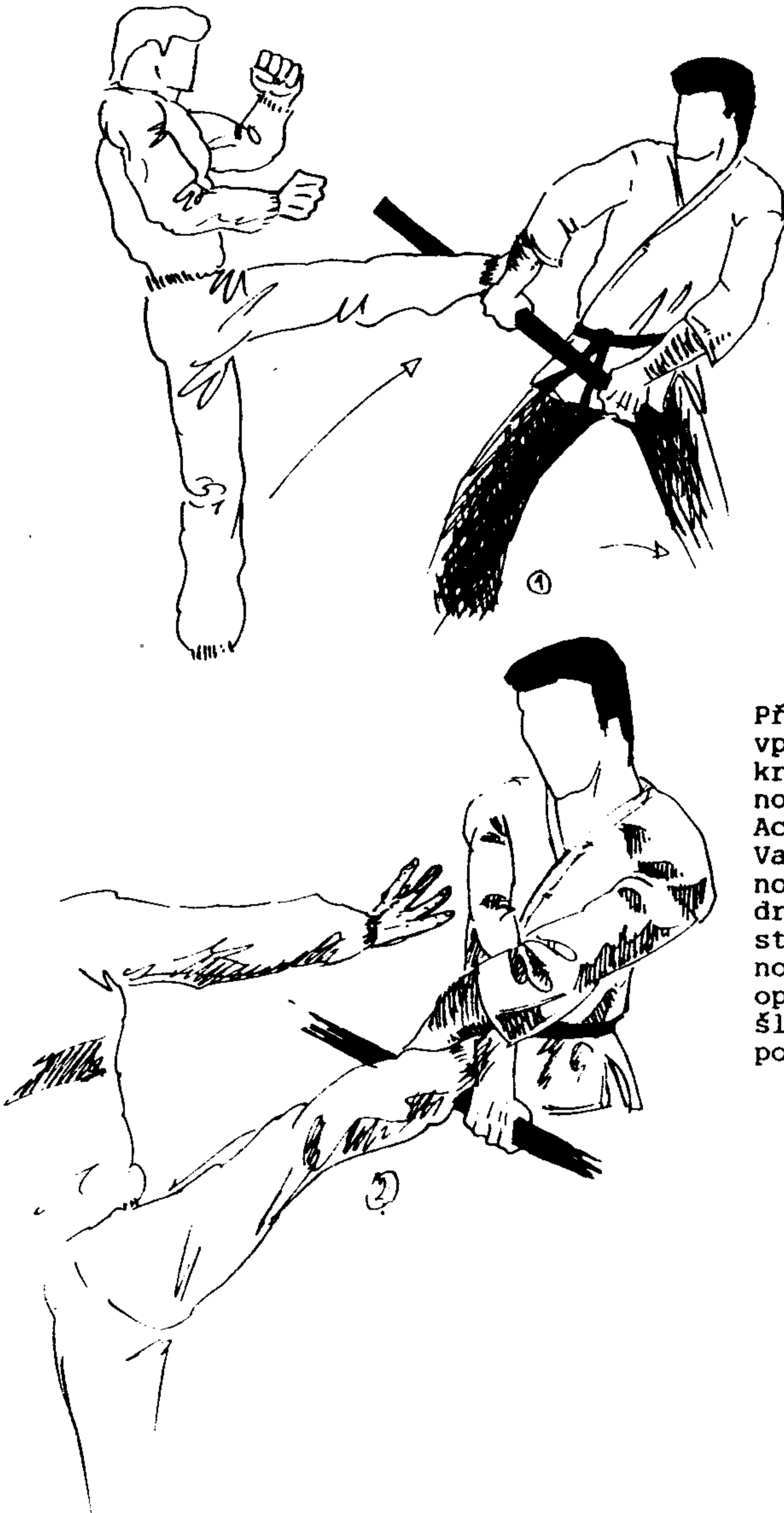
2. Vyhodíte nohu rovně nahoru, tak, aby protivník padl rovnou na záda.



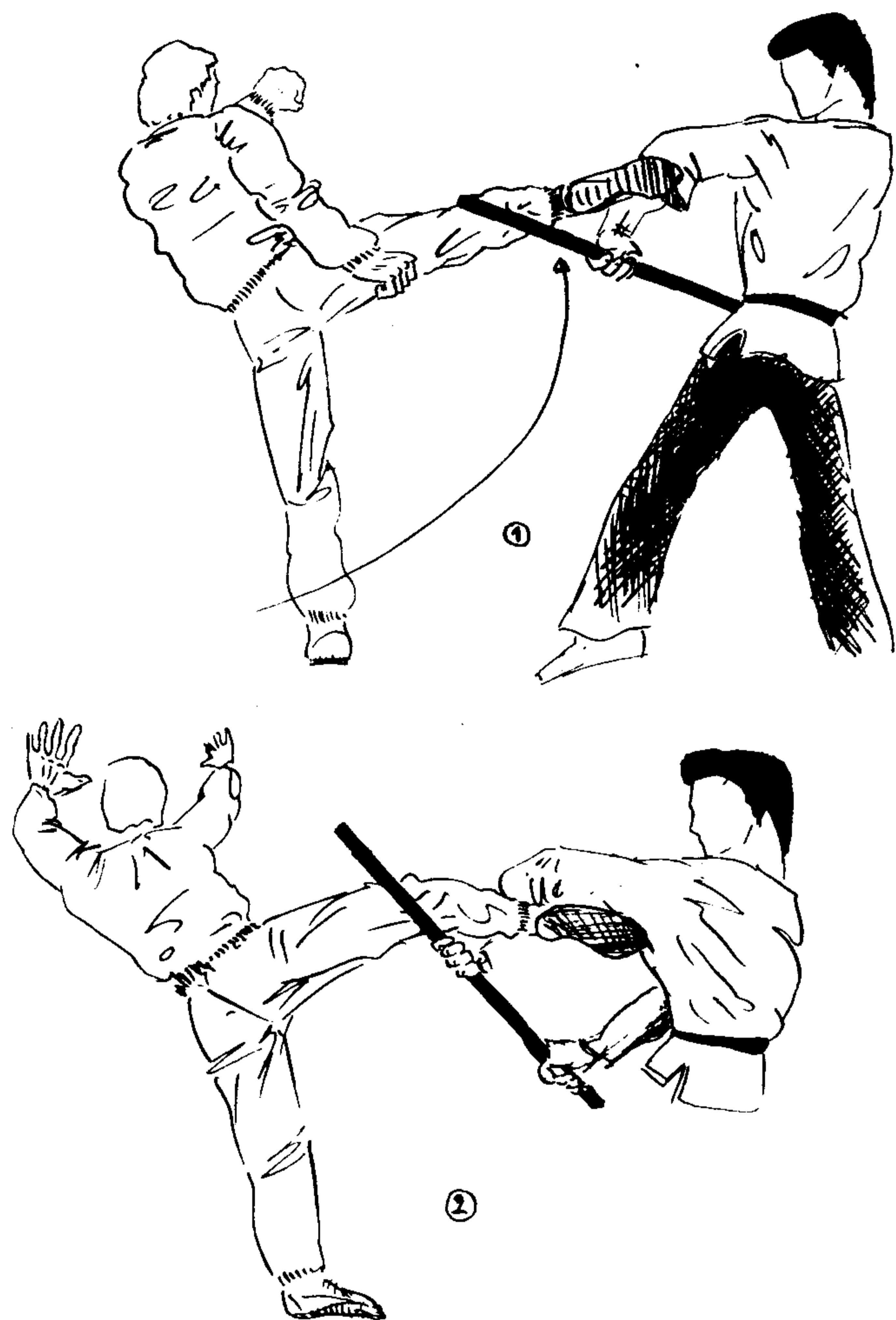
3. zachytíte chodidlo a prudce odstrčíte.



Švih tyčí zevnitř (1),
projedete tyčí kolem
kolena zevnitř (2), tyč
zvednout a v okamžiku,
kdy se nárt opře o levé
předloktí, chytíte tyč
nahoře pravou rukou (3).
Pak už zbývá jen razantně
otočit a (4).

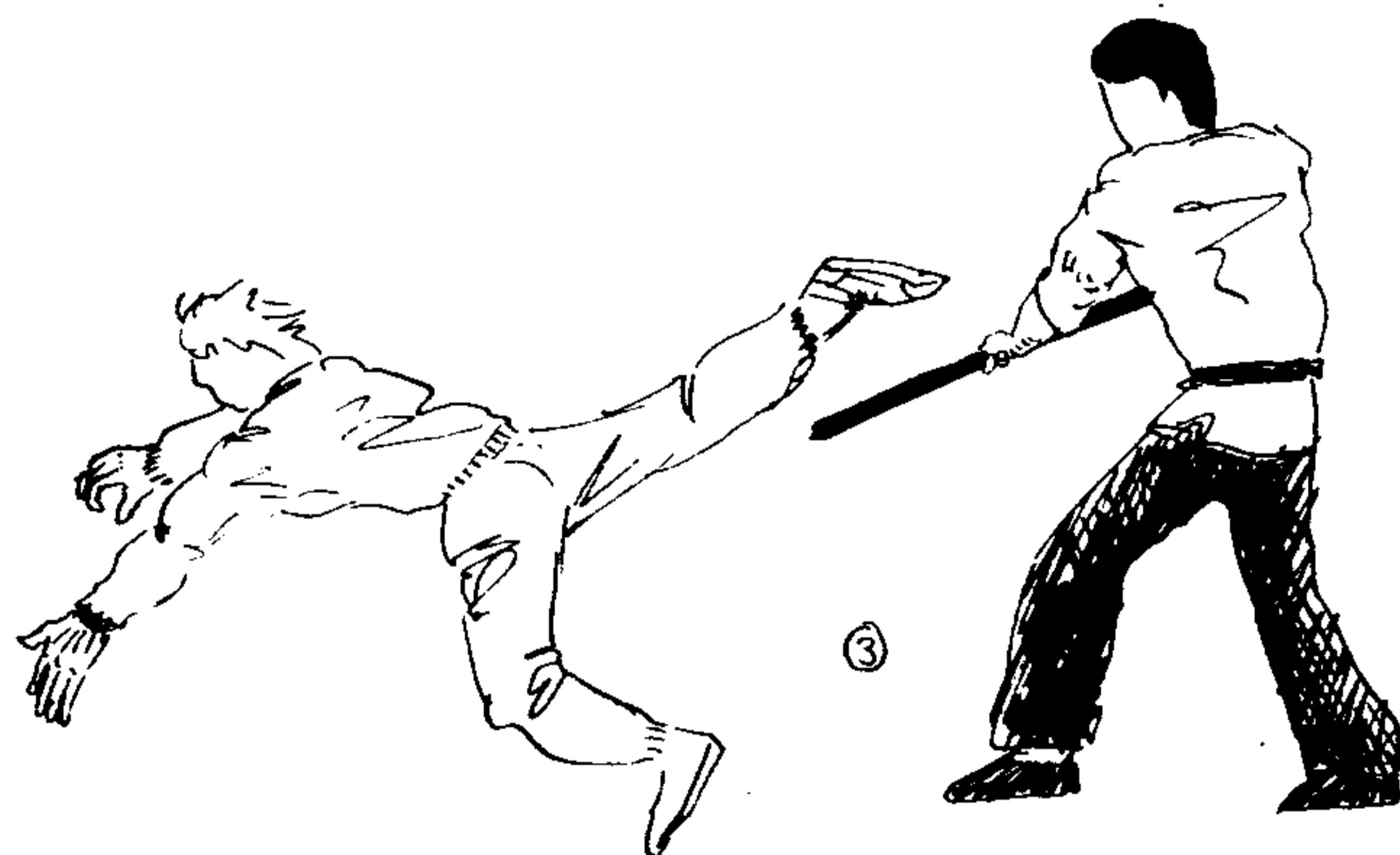


Při útoku kopem přímo vpřed ustoupíte o půl kroku a zablokujete tyčí nohu zespodu - co nejblíž Achilové šlachy. (1). Vaše předloktí se opírá o nohu. Potom přehmátnete druhou rukou křížem (2) a stisknete blokovanou nohu. Můžete se o ni opřít. Soupeřovu Achilovu šlachu tím skutečně potěšíte....



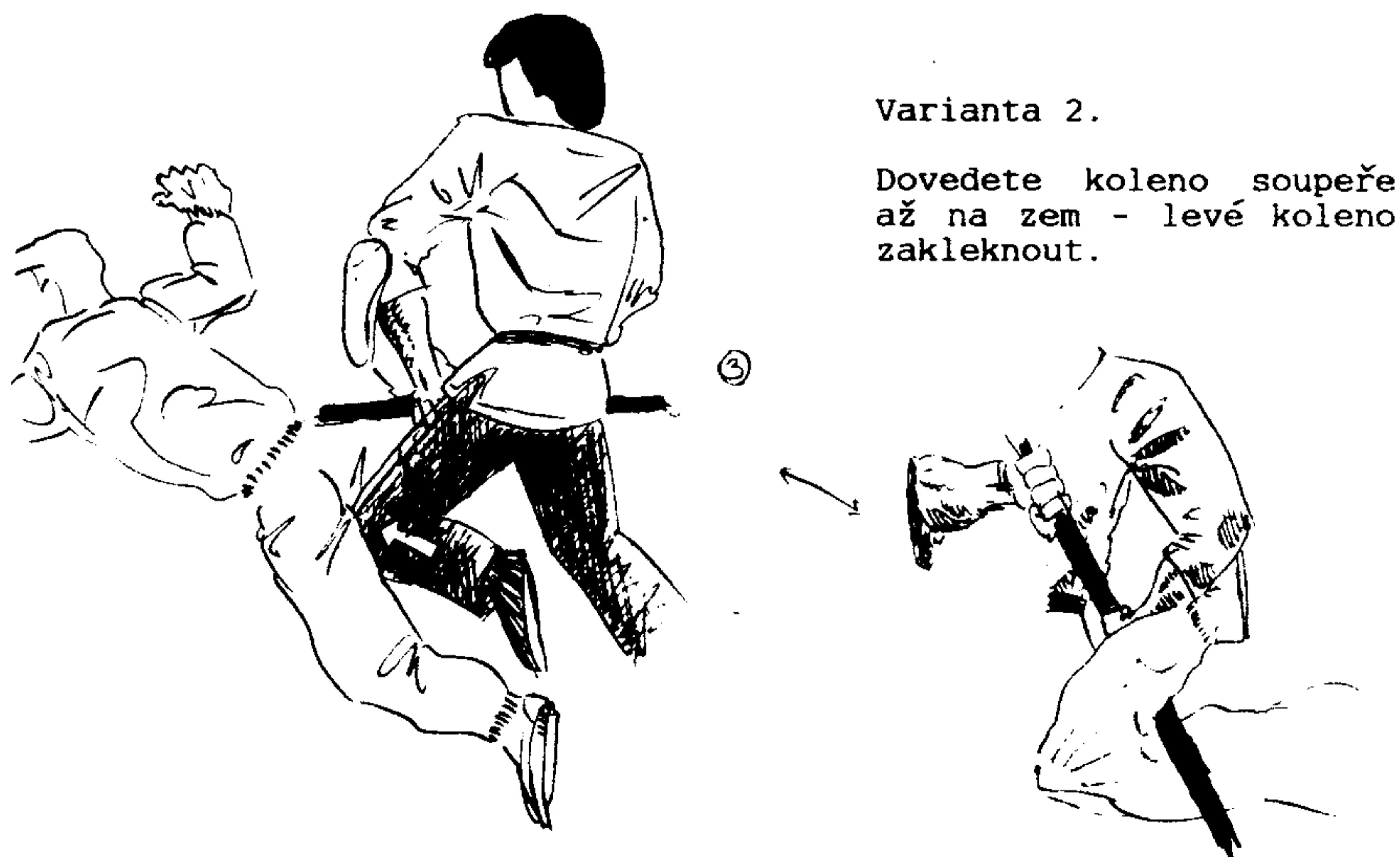
Obloukovému kopu nastavíme předloktí (1) a v momentě kontaktu protáhneme tyč za lýtko. Tím nohu zablokujete a tyčí pačíte proti noze (2).

VARIANTY UKONČENÍ



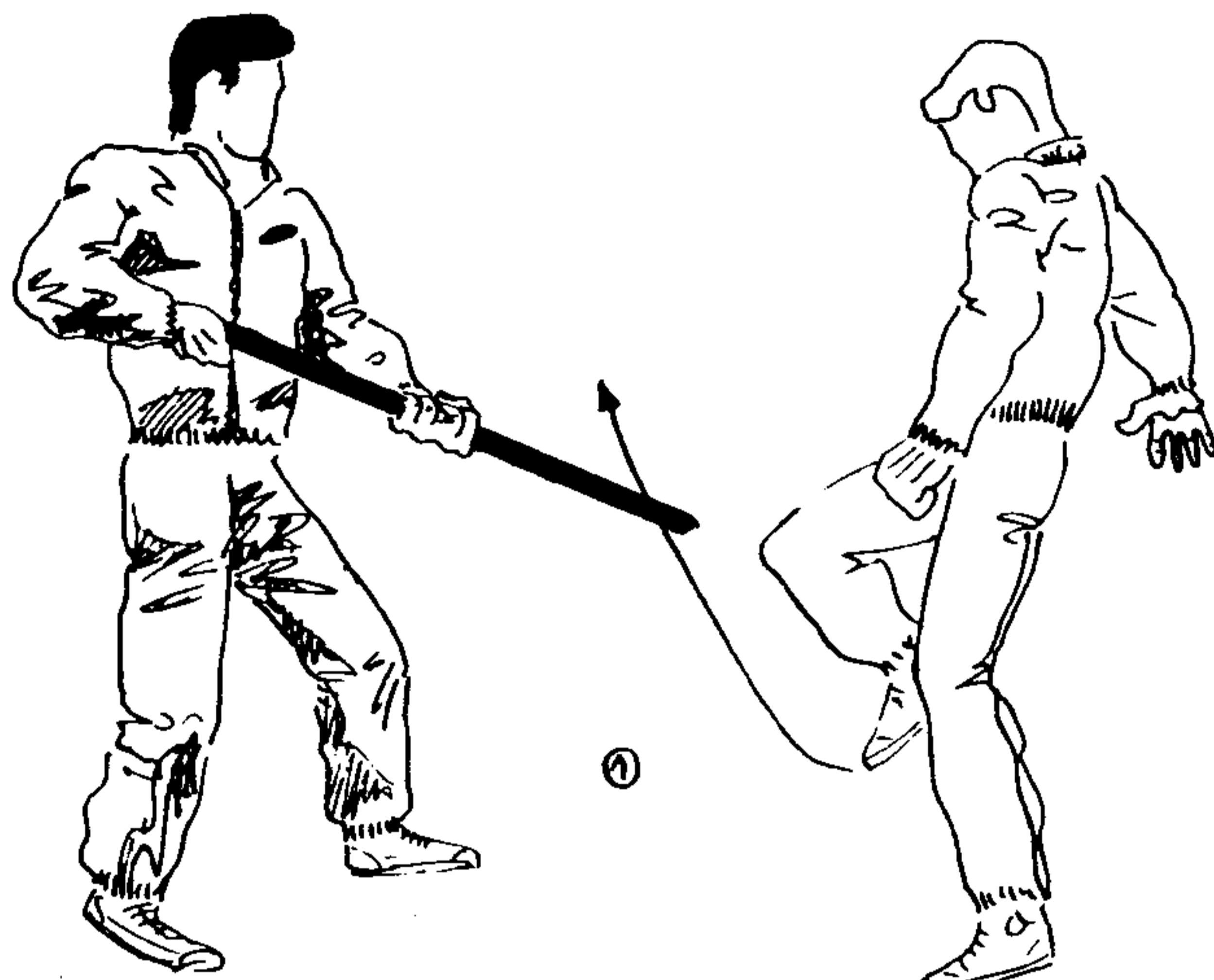
Varianta 1.

Při přetáčení soupeře
odhodíte k zemi.
!! Při nácviku této
techniky opatrně !!
Můžete poškodit koleno !

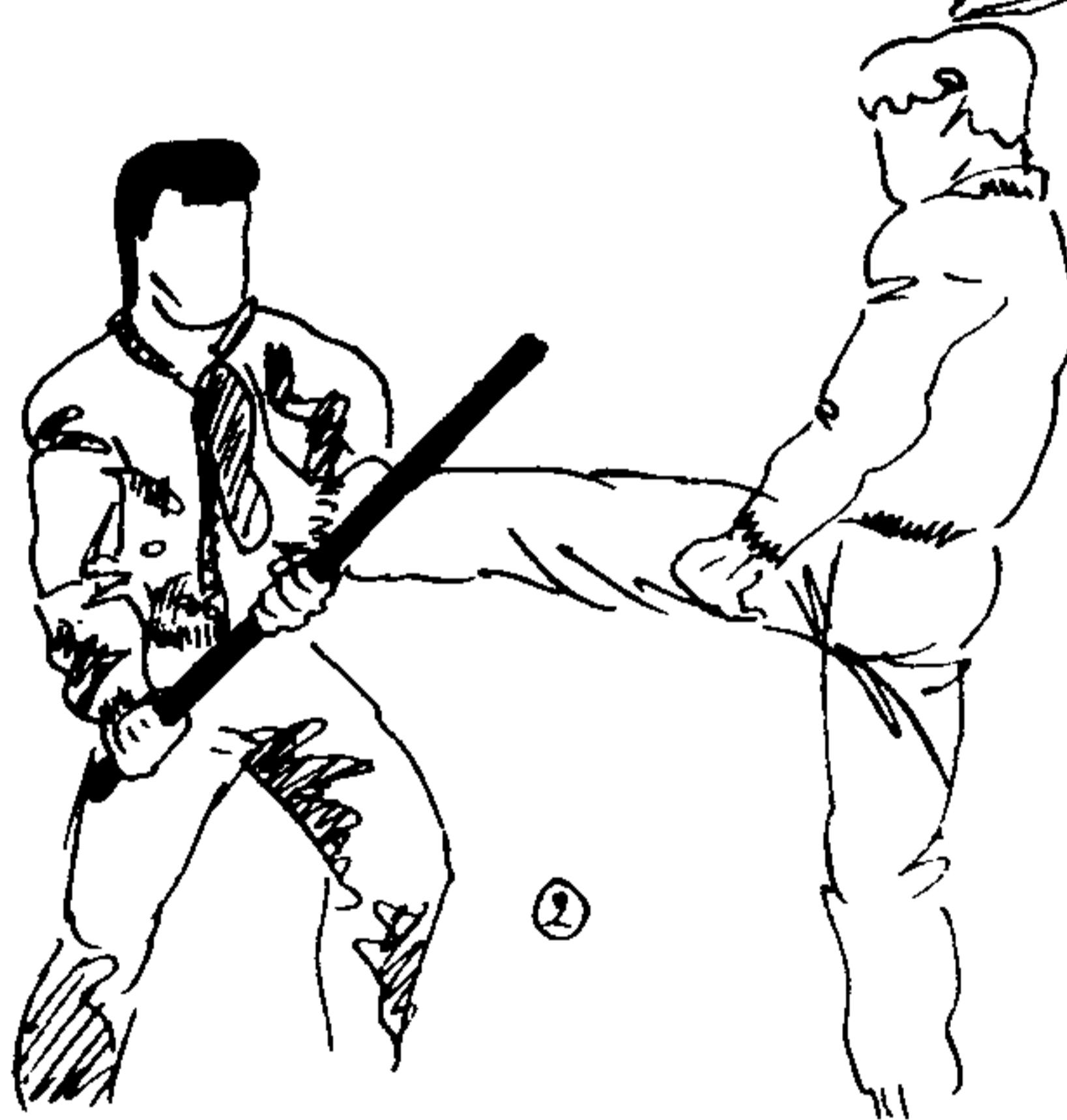


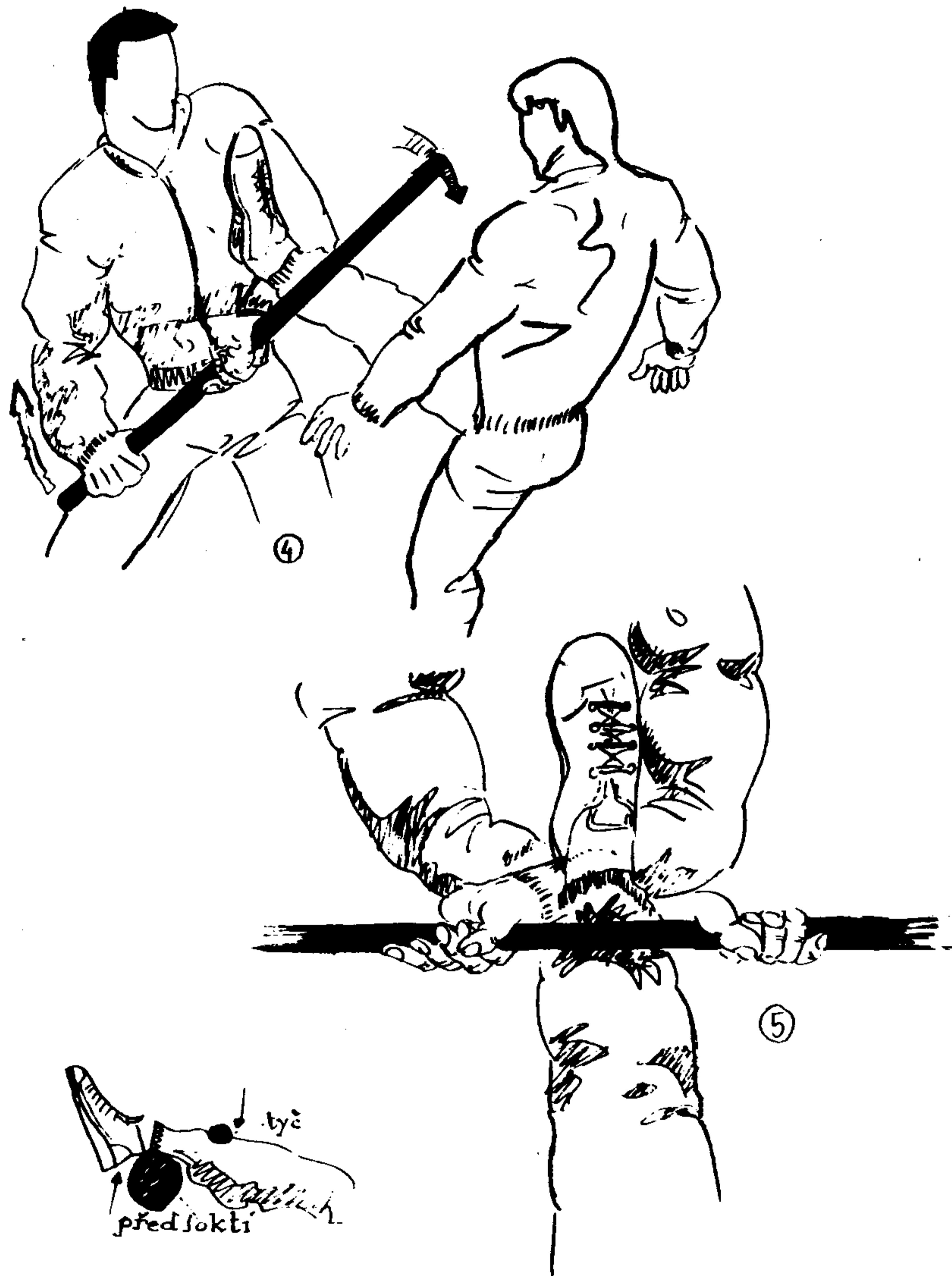
Varianta 2.

Dovedete koleno soupeře
až na zem - levé koleno
zakleknout.

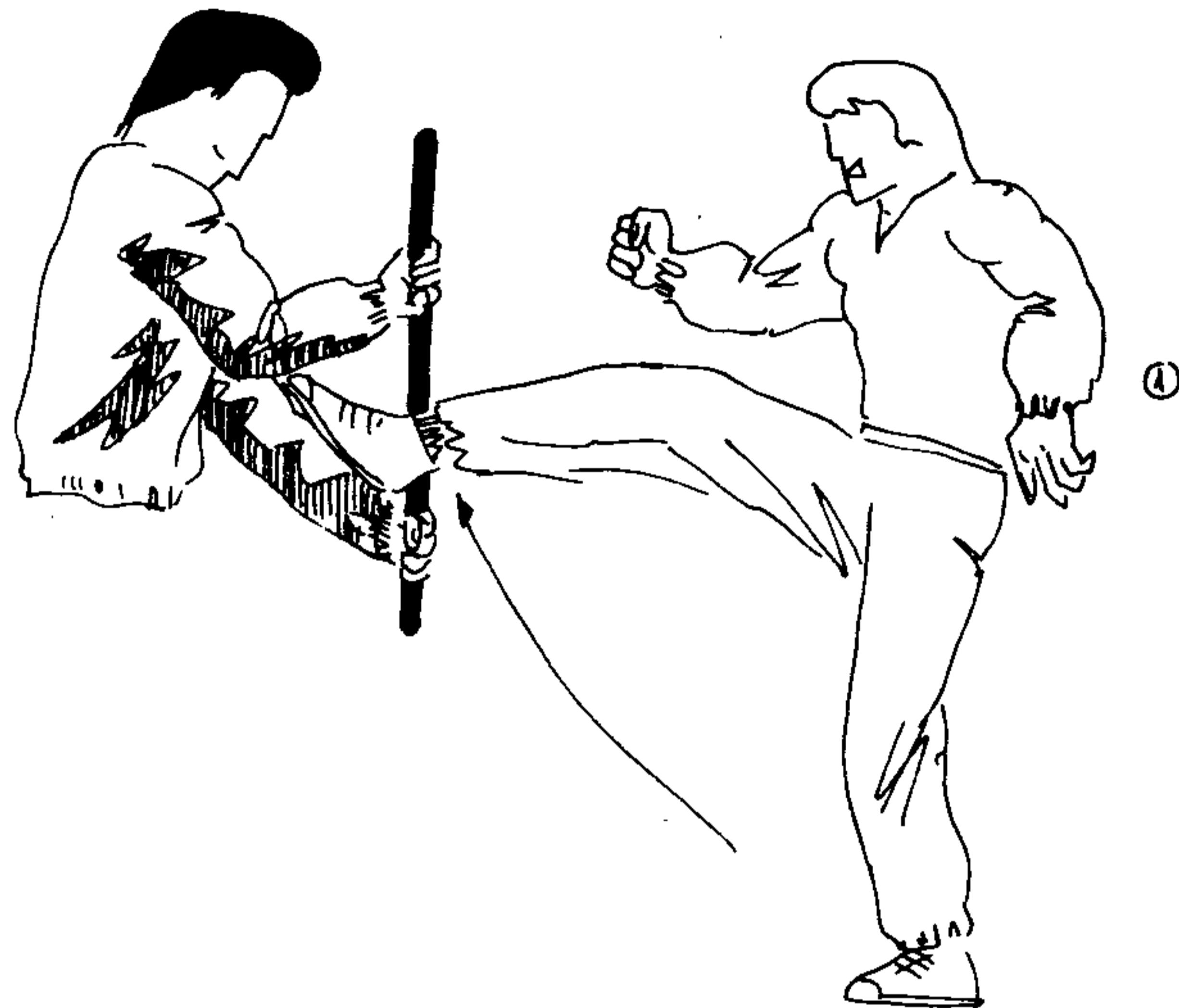


Zablokujete kopající nohu
(1 a 2) a tyč překlápe
zevnitř ven. Pata bloko
vané nohy je zaháknuta za
předloktí.

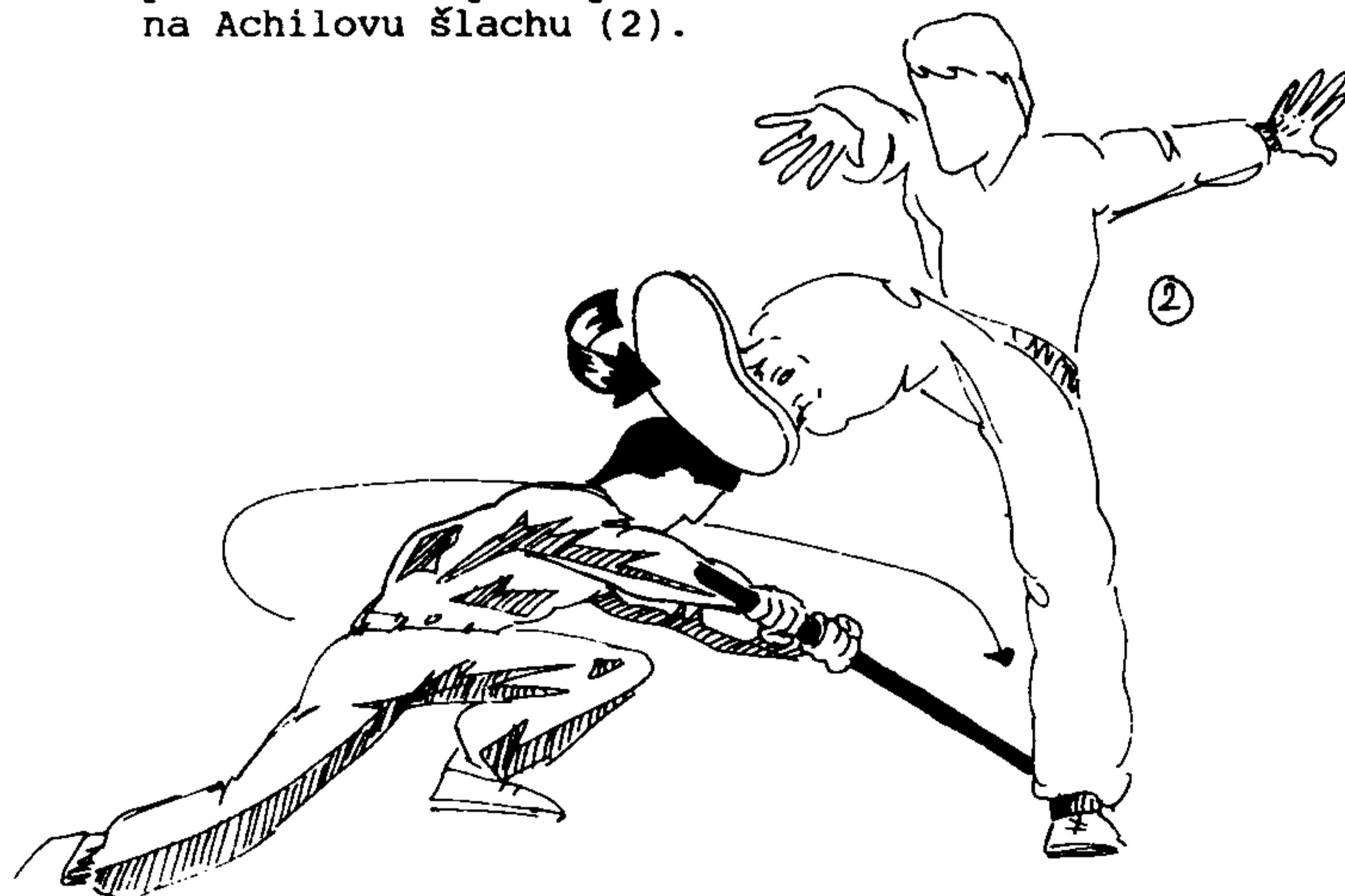


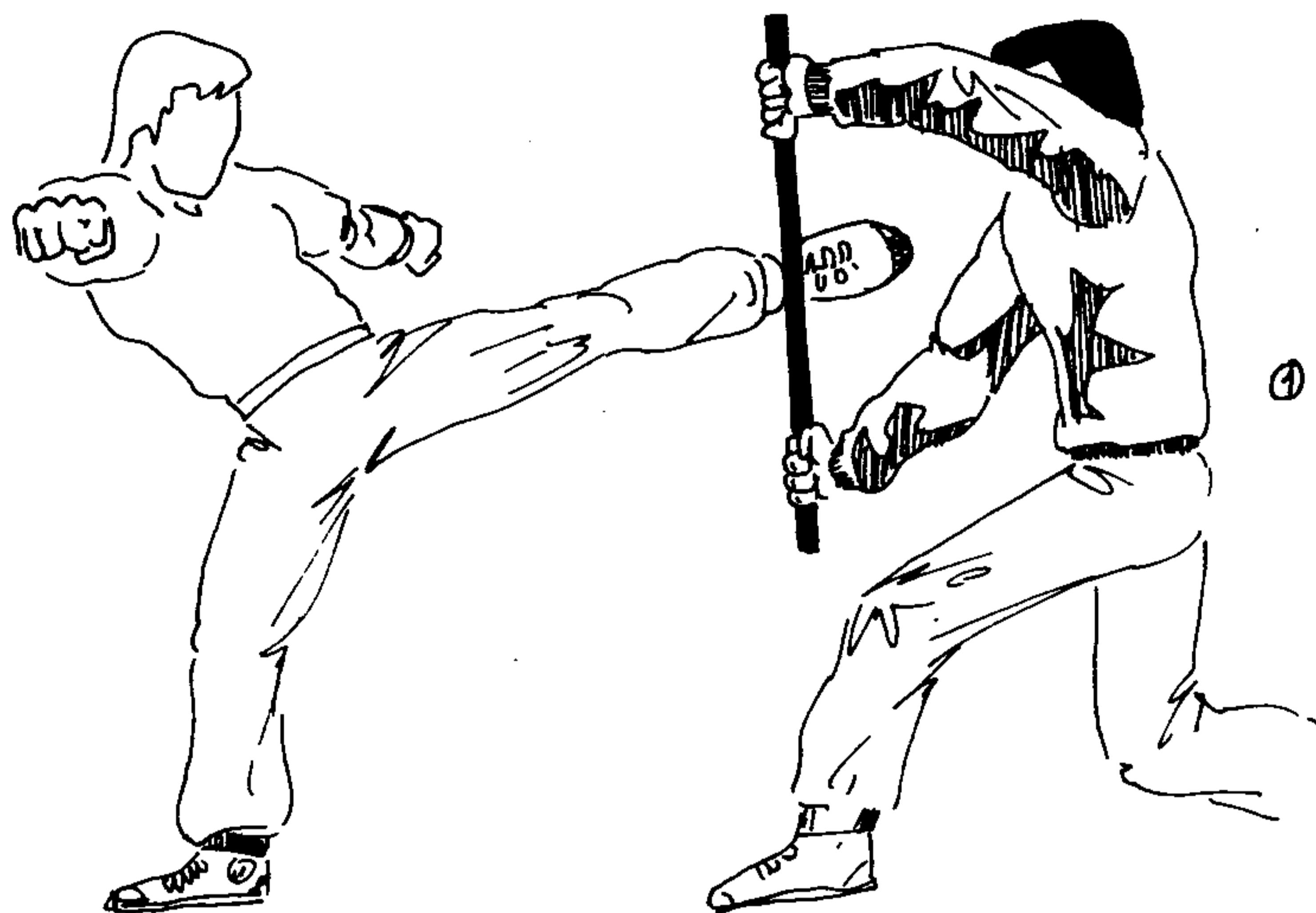


Blokovaná noha se Achillovkou opírá o vaše předloktí a přes holeň. (4 a 5). Tyč vede mimo. Z druhé strany nohy uchopíte tyč, druhou rukou zespodu a zapáčíte - úspěch zaručen !

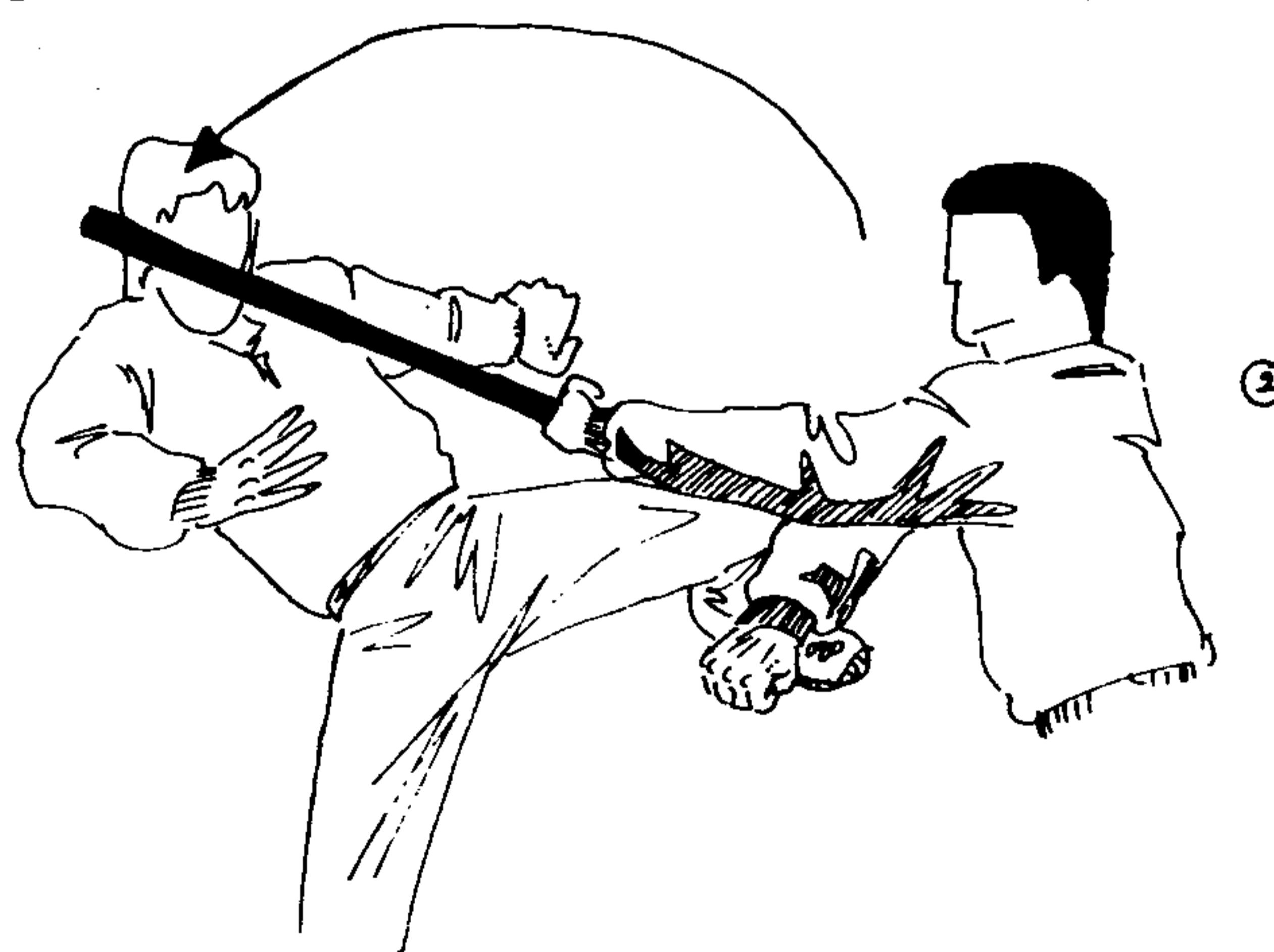


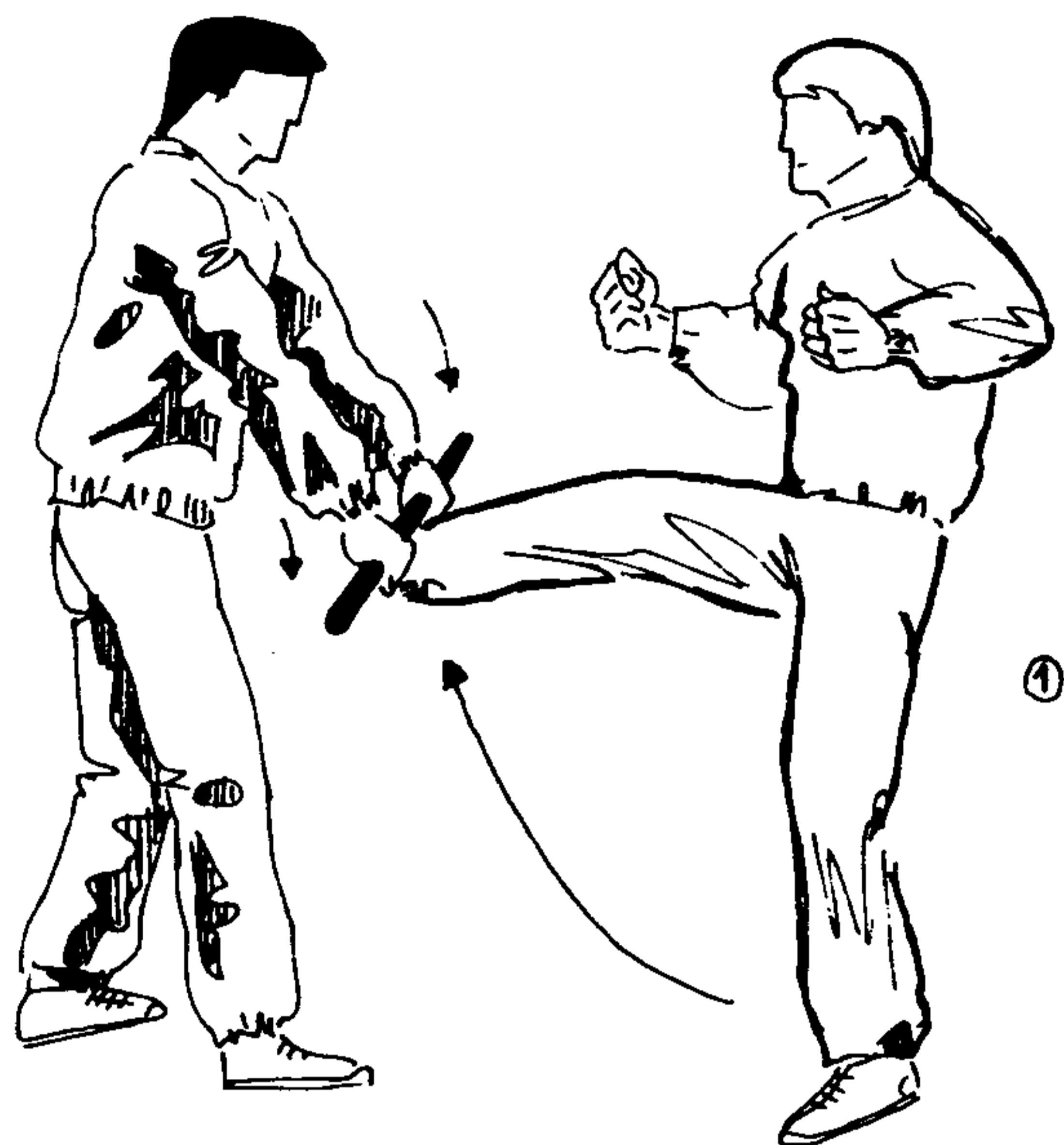
Kop je odražen ze strany
(1). Následuje skluz pod
protivníka a prudký úder
na Achilovu šlachu (2).





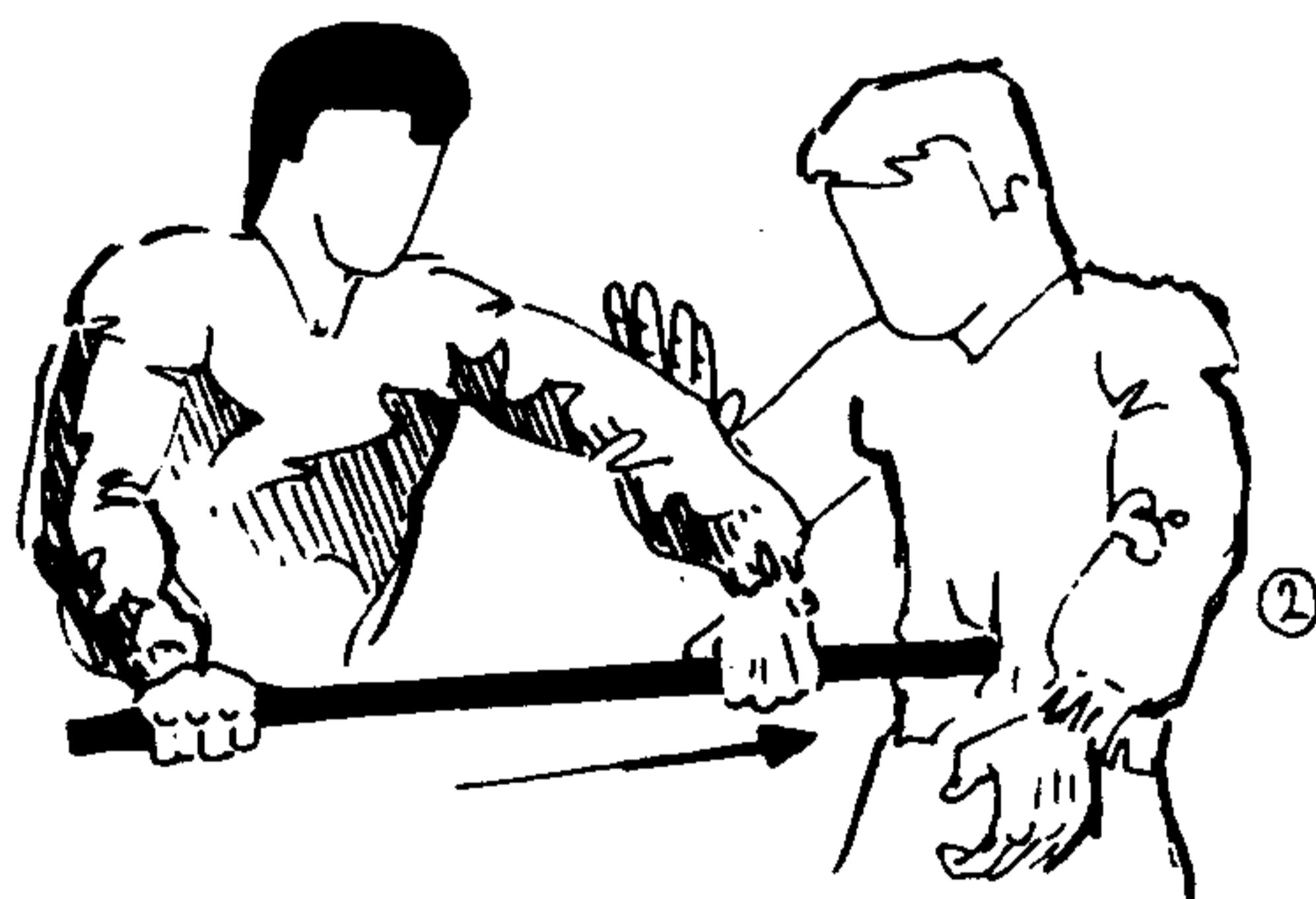
HANBO zarazí kop (1).
Pravá noha pokročí vpřed,
pravá ruka (2) pustí
HANBO a zablokuje nohu...
levá ruka švihne tyčí na
protivníkovu hlavu.



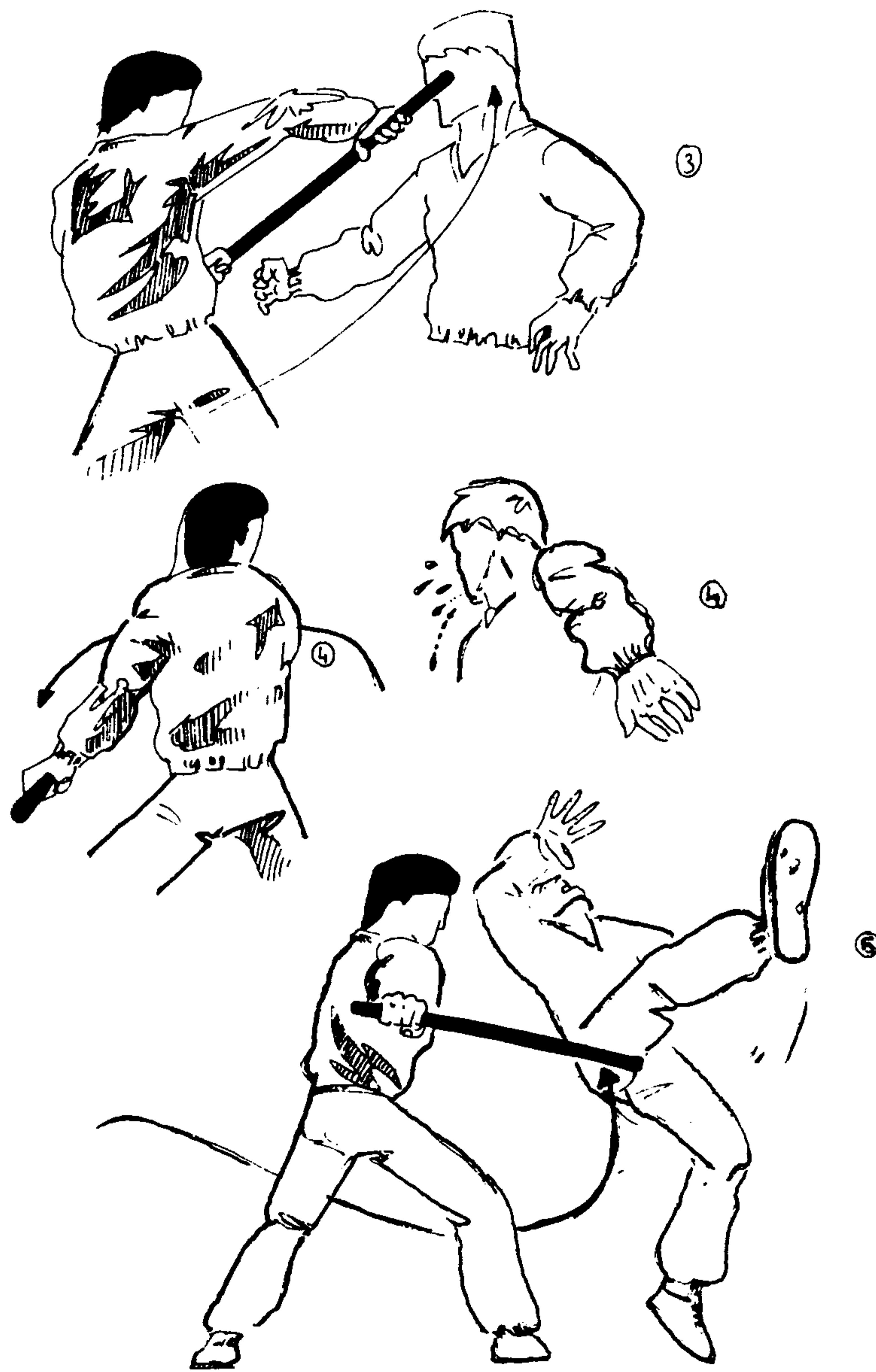


①

Kryt prudce sráží kopající nohu (1). Následuje bodnutí HANBO do oblasti solar plexus (2).

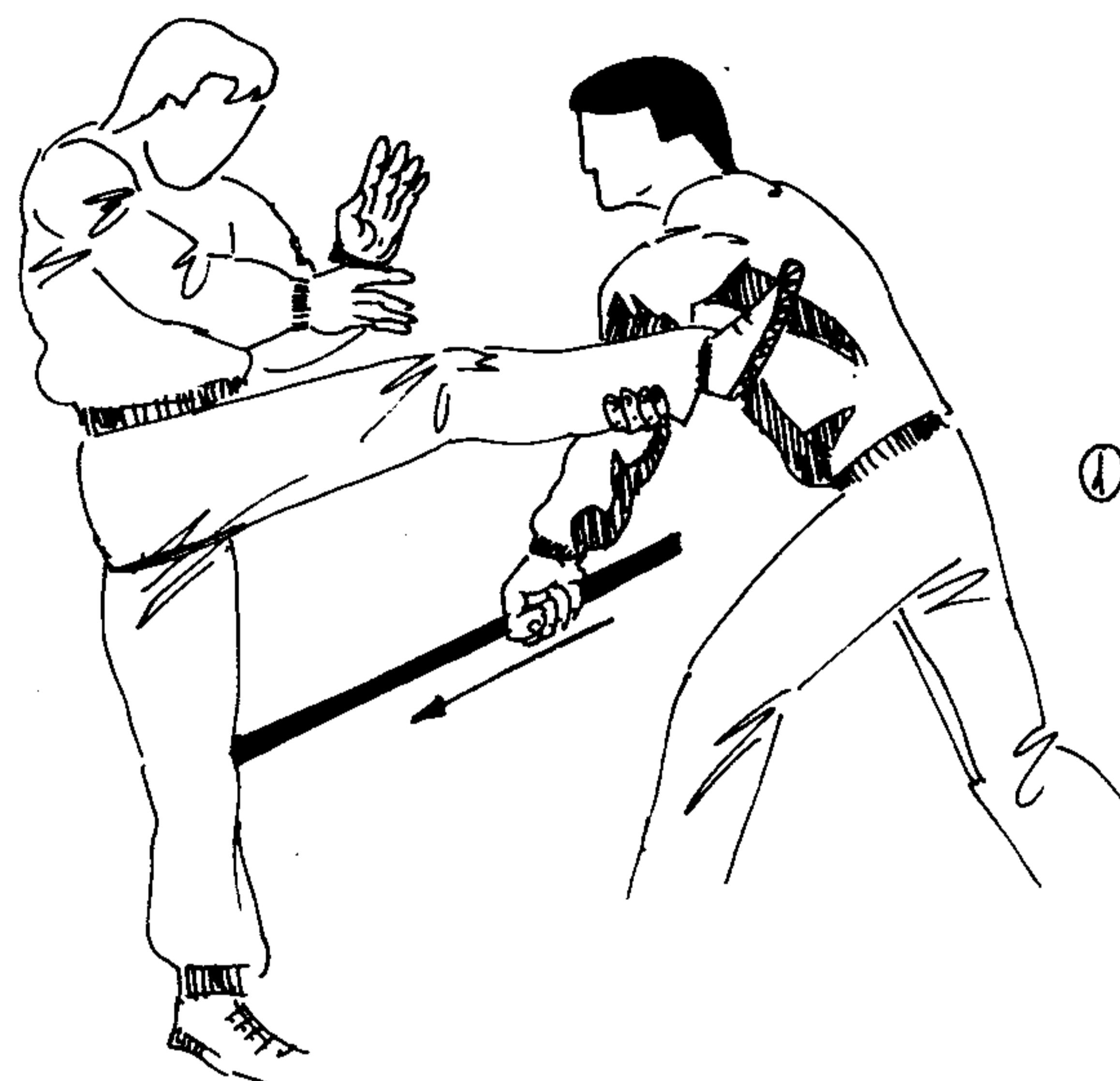


②

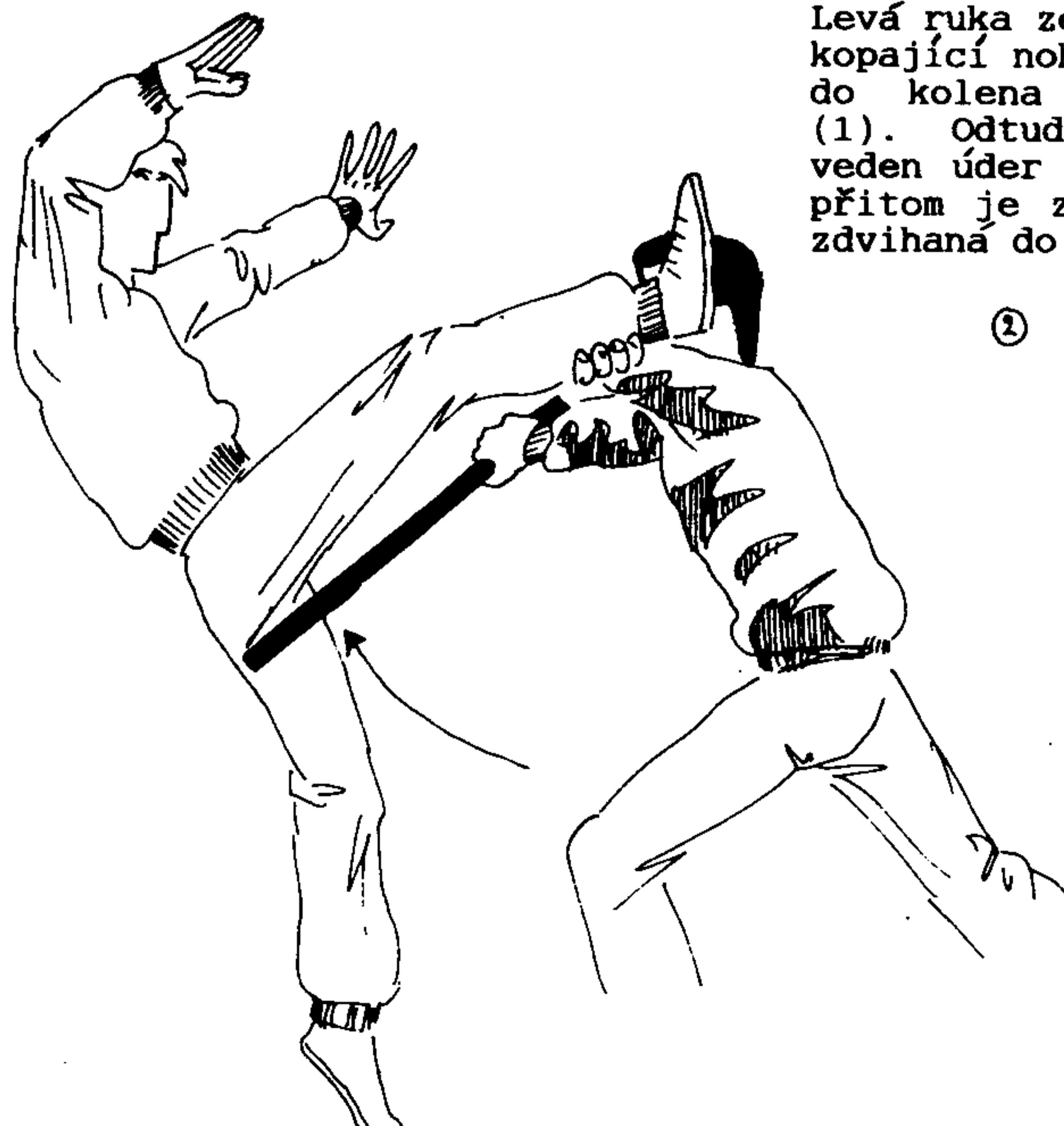


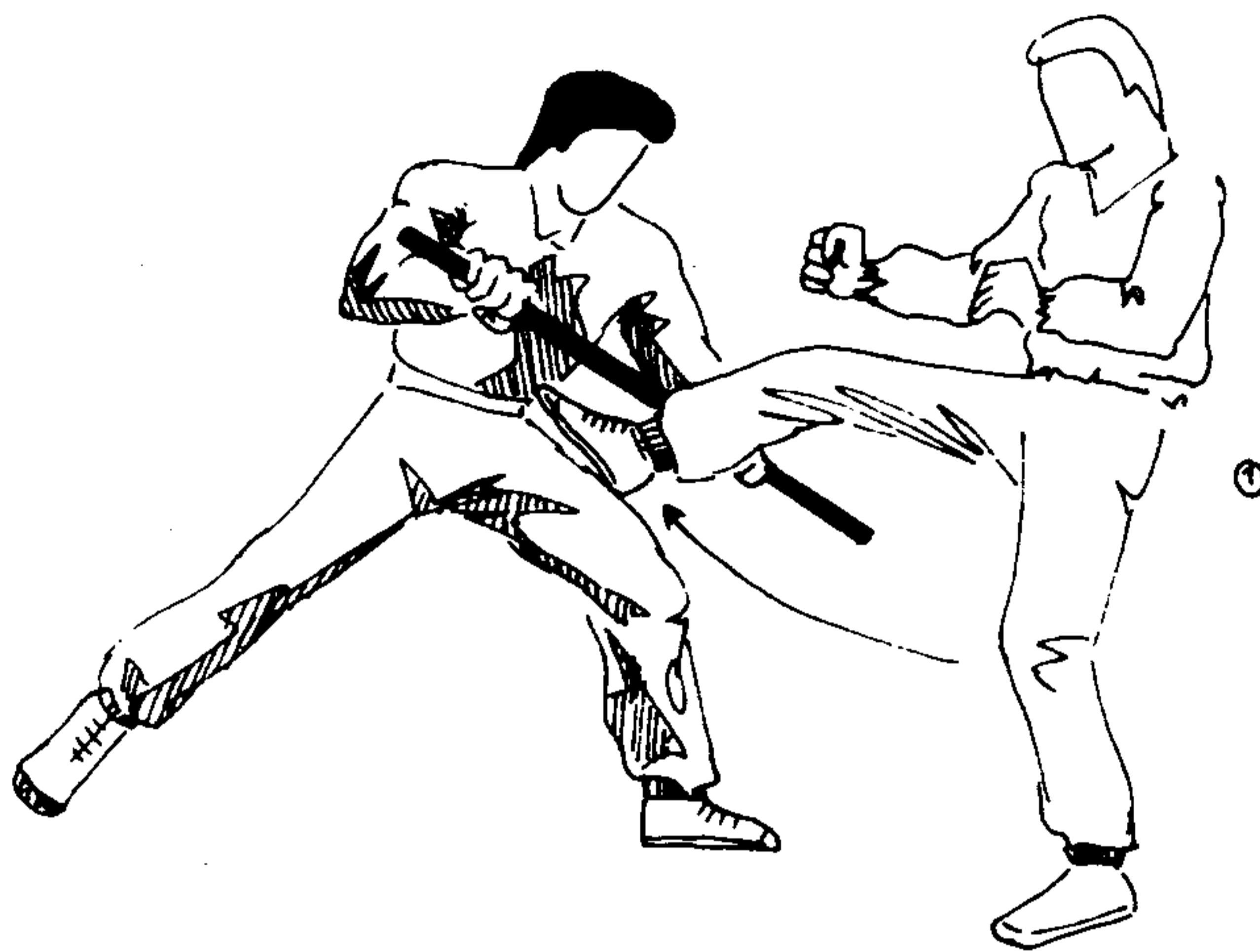


V zápfěti je veden úder (3) pravým koncem HANBO do obličeje. Úder přejde za cíl do silného náprahu (4). Následuje silný úder na patu (5). Protivník je sražen na zem, kde úderem patou tyče na hrtan protivníka dorazime. (6).

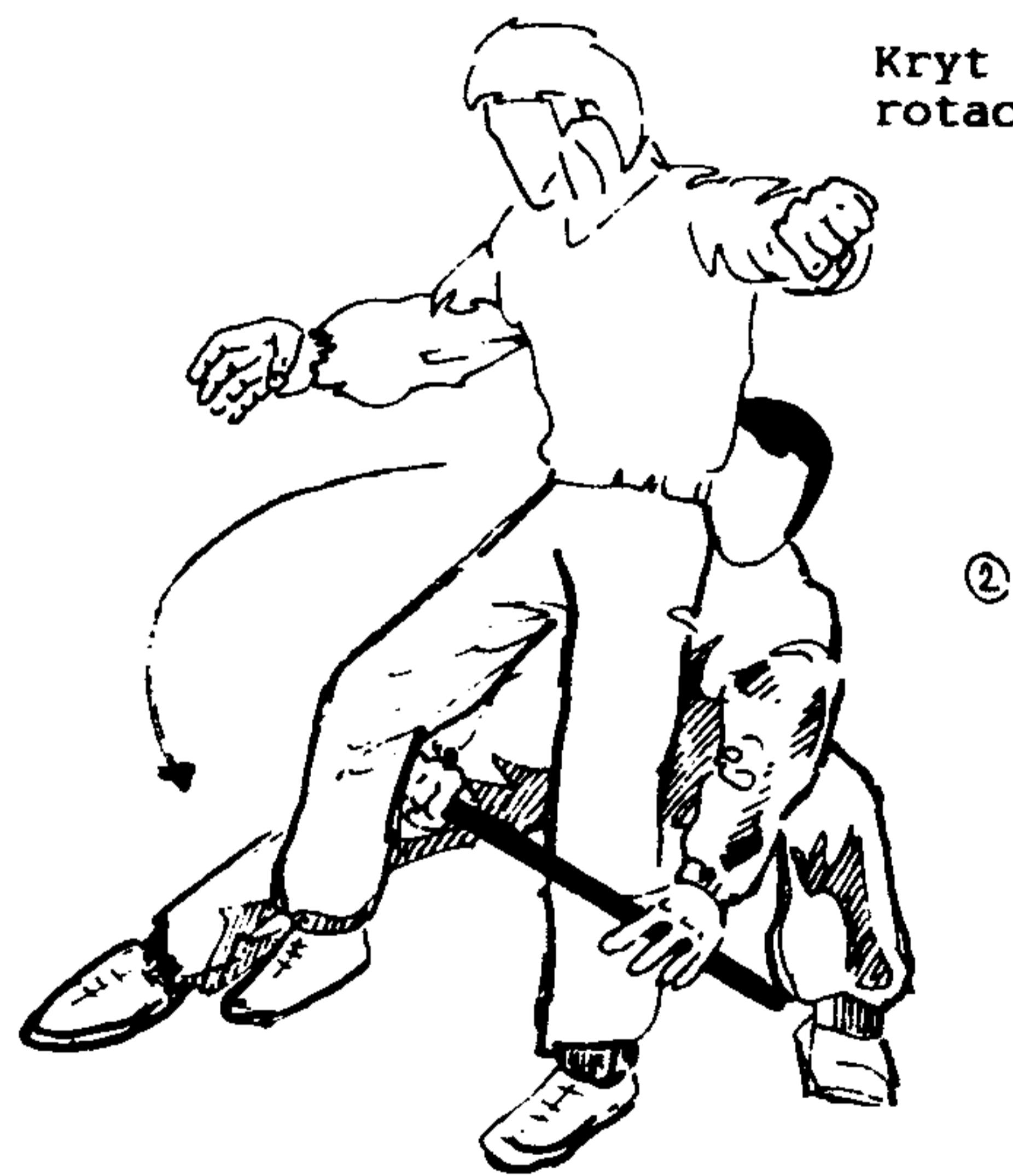


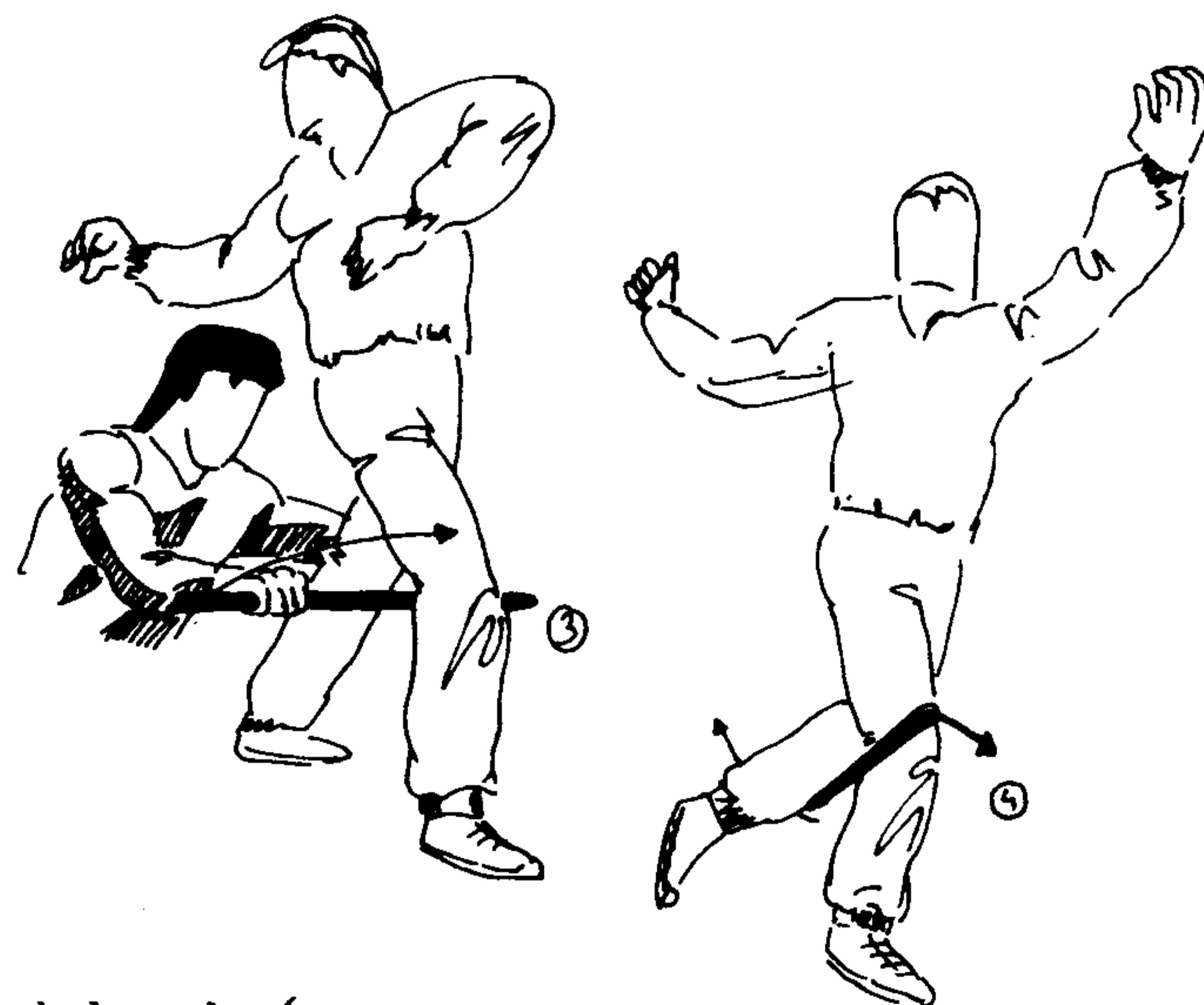
Levá ruka zespodu zachytí kopající nohu a tyc bodne do kolena stojné nohy (1). Odtud je plynule veden úder na genitálie, přitom je zachycena noha zdvihana do výše. (2).



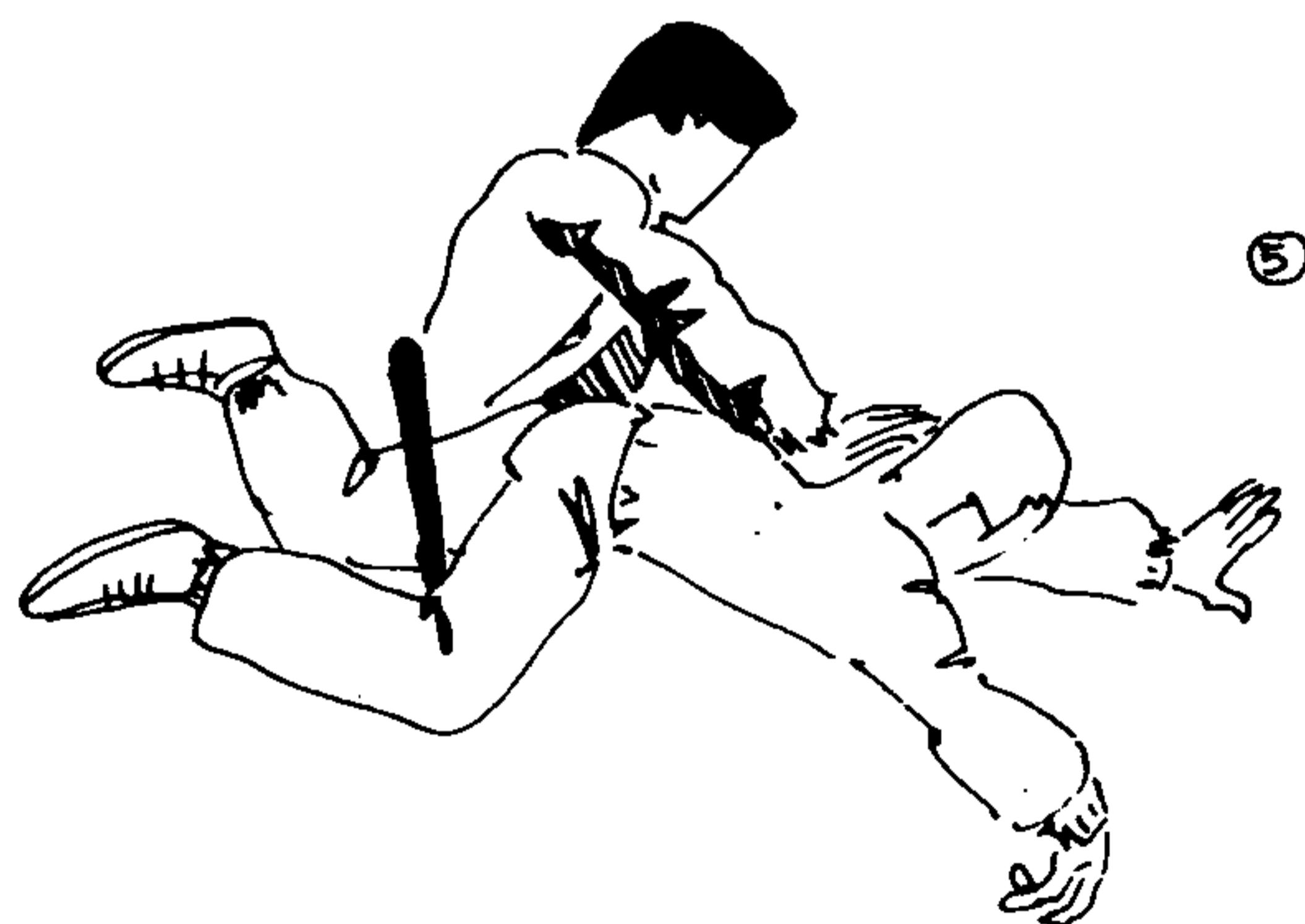


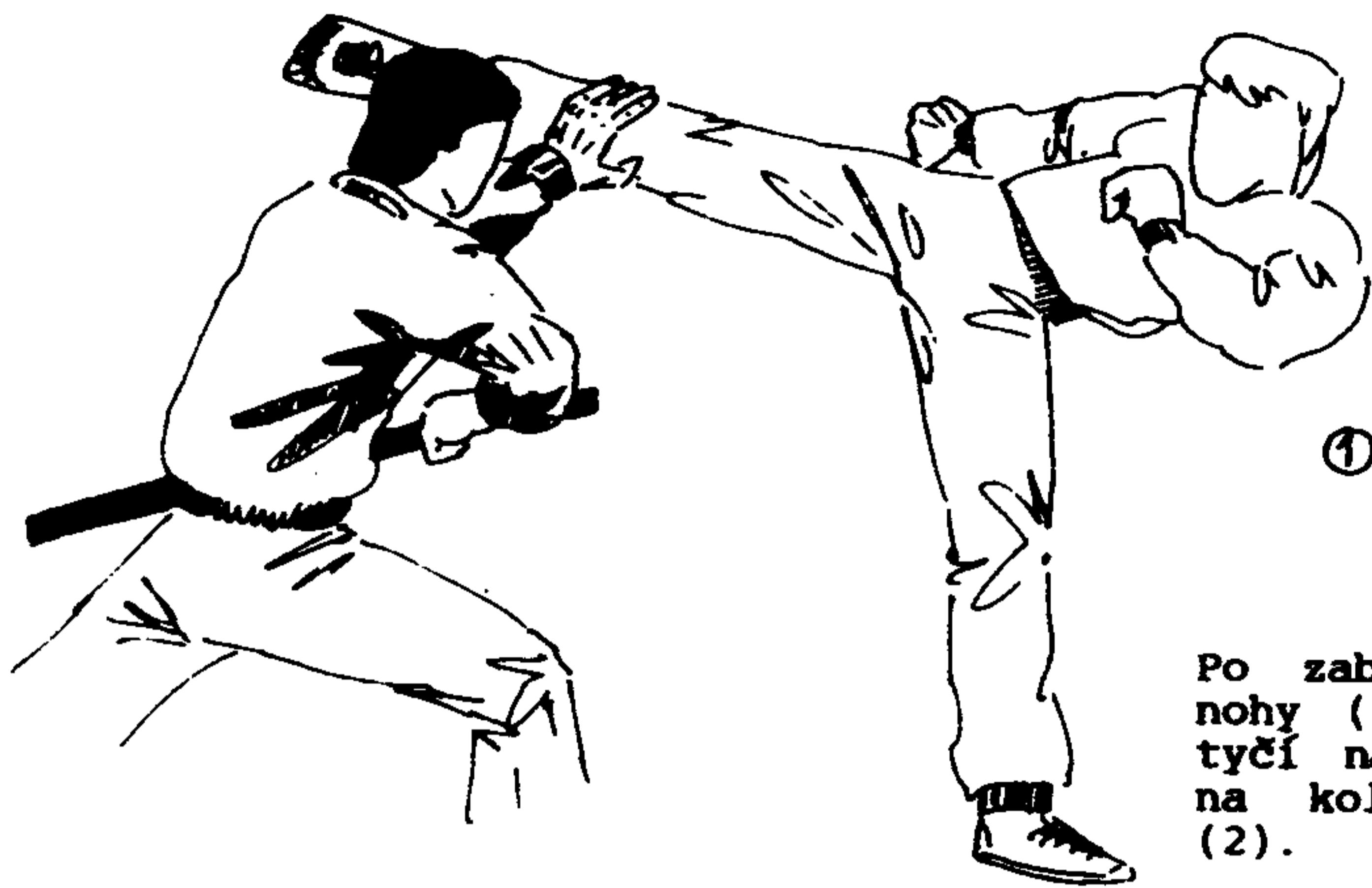
Kryt uvede soupeře do rotace (1).





Tyc se opře o koleno levé
nohy a o kolenní jamku
pravé nohy a prudkým
zapáčením je soupeř
sražen na zem (3 - 5).

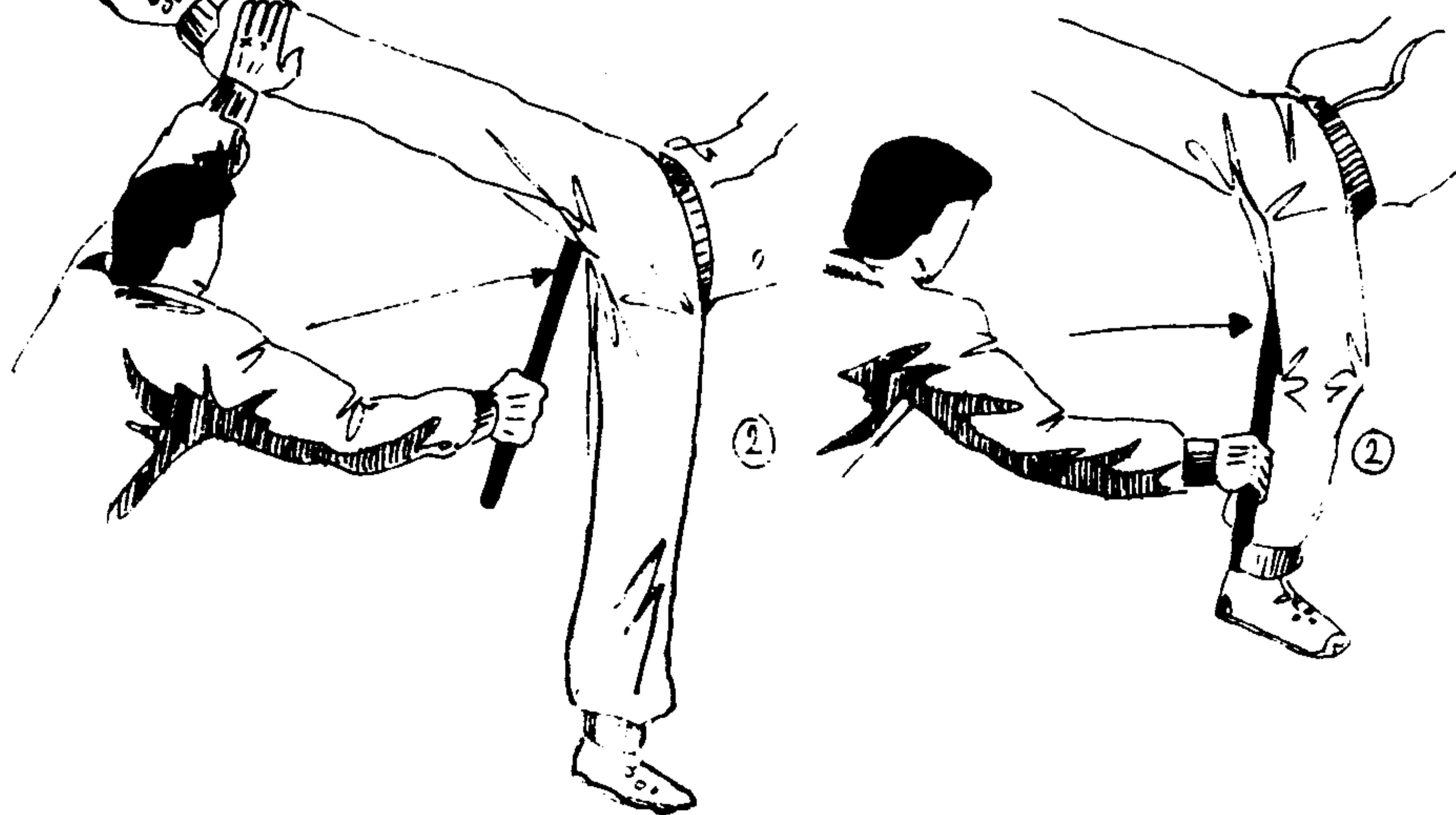




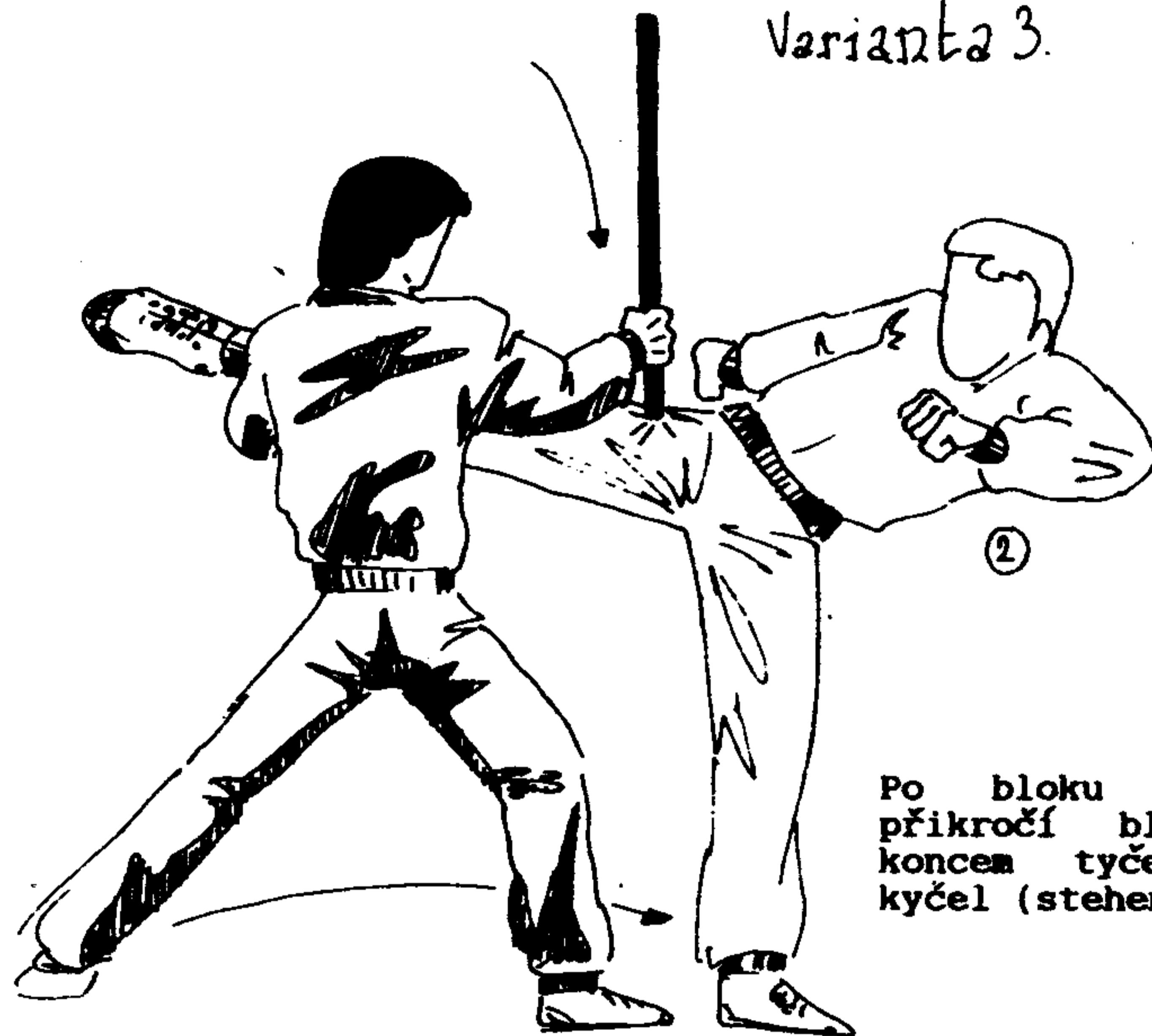
Po zablokování kopající nohy (1) následuje úder tyčí na genitálie, nebo na koleno stojné nohy (2).

Varianta 1.

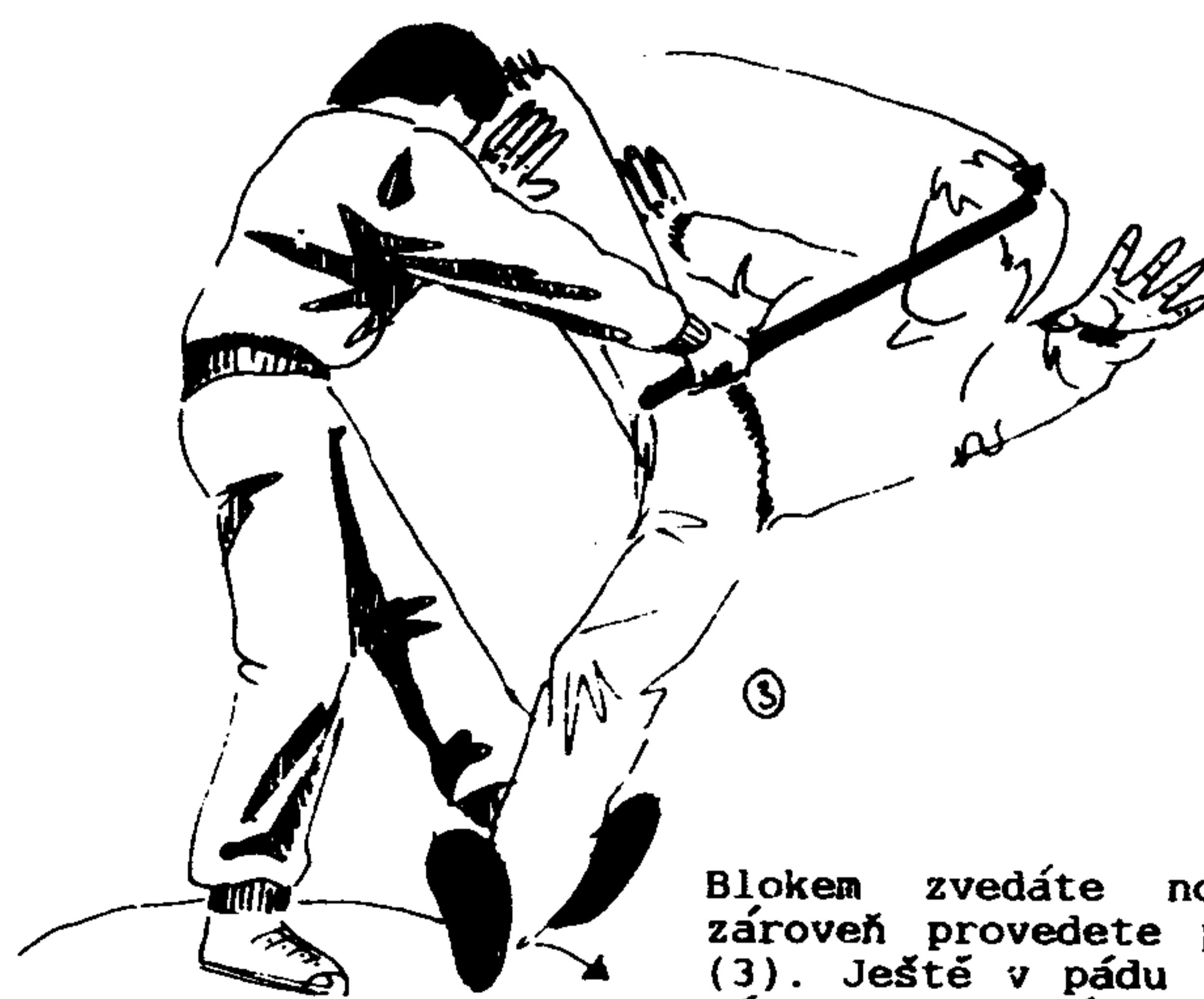
Varianta 2.



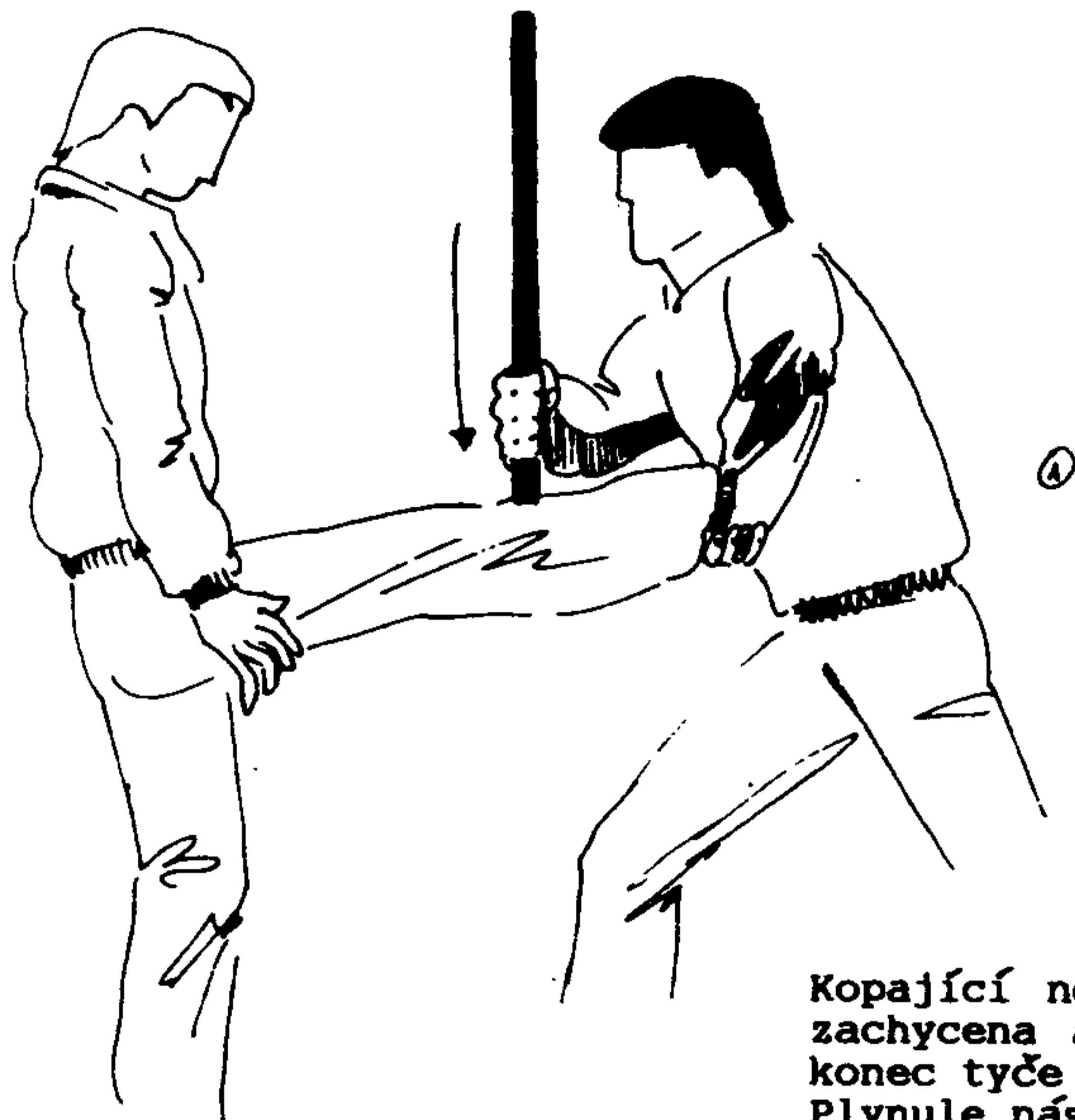
Varianta 3.



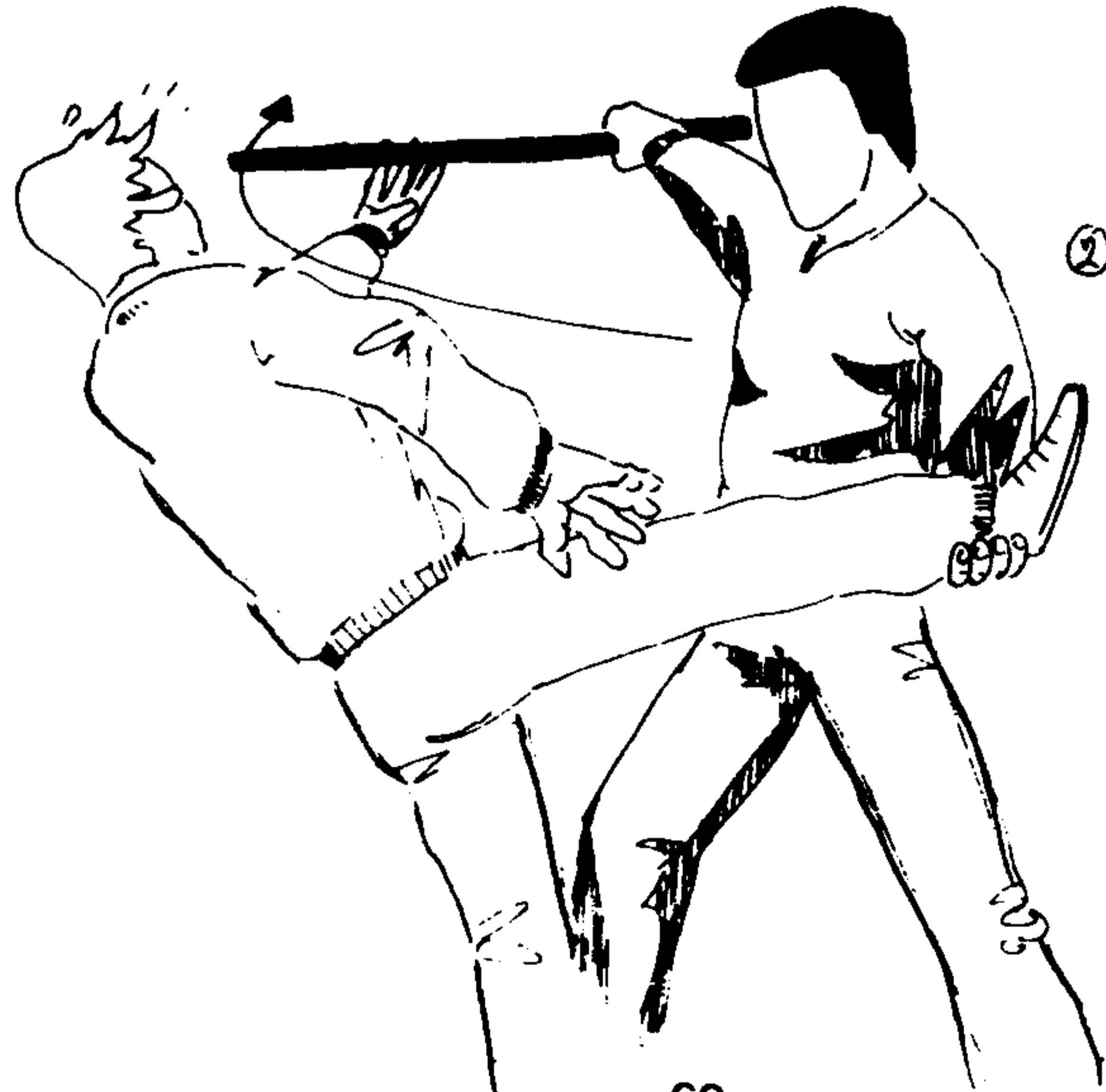
Po bloku pravá noha
přikročí blíž a úder
koncem tyče vedte na
kyčel (stehenní sval).

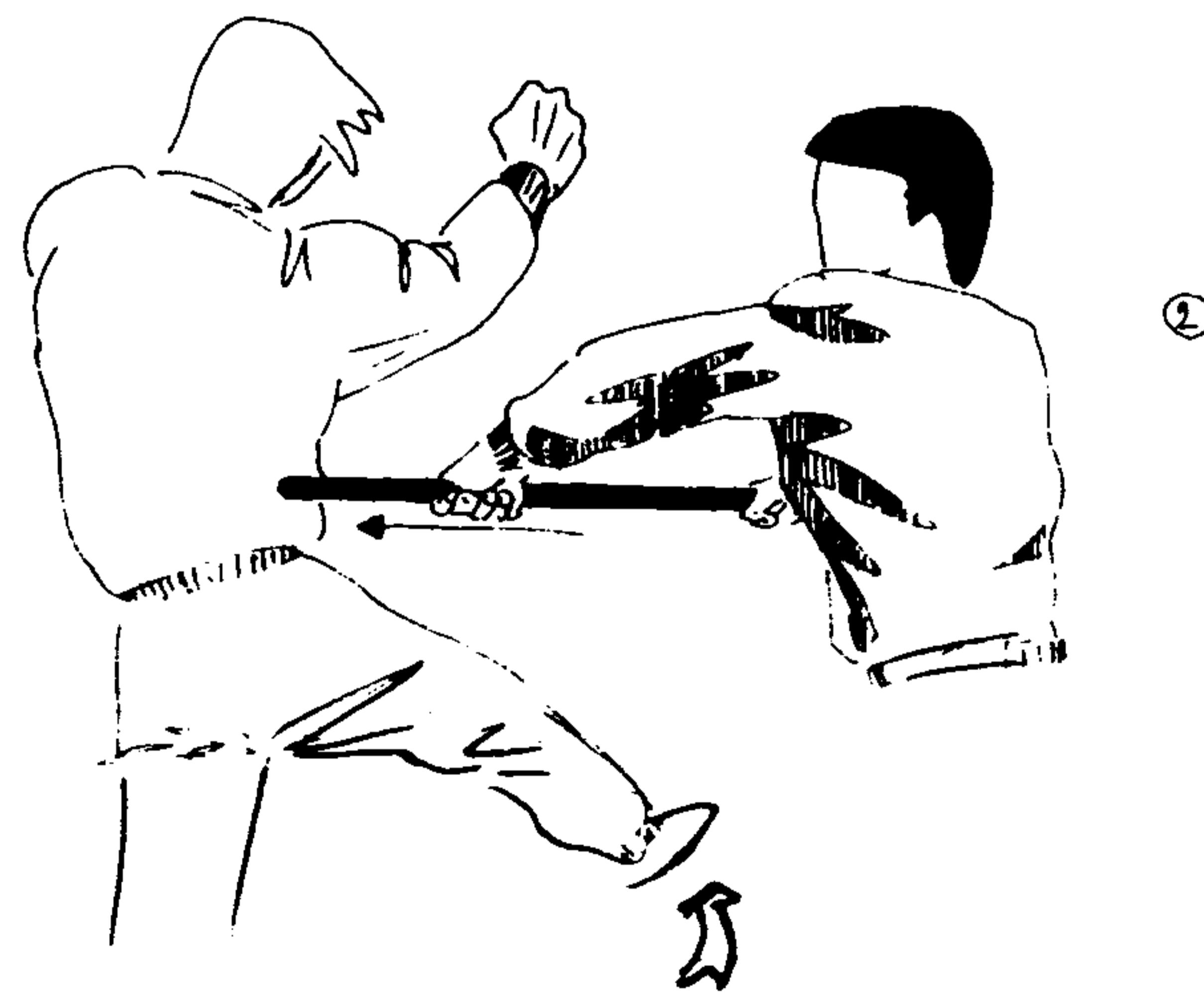
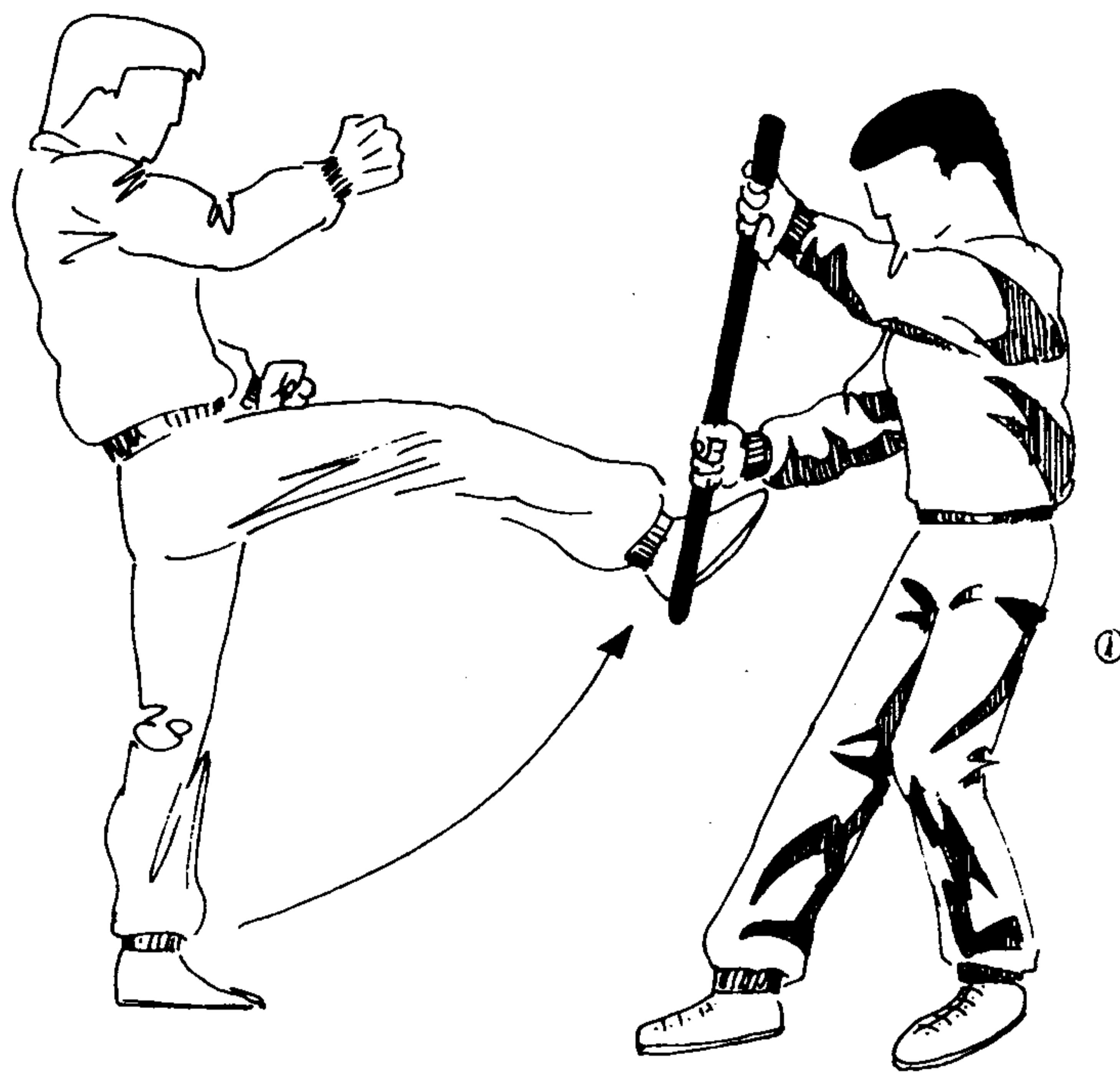


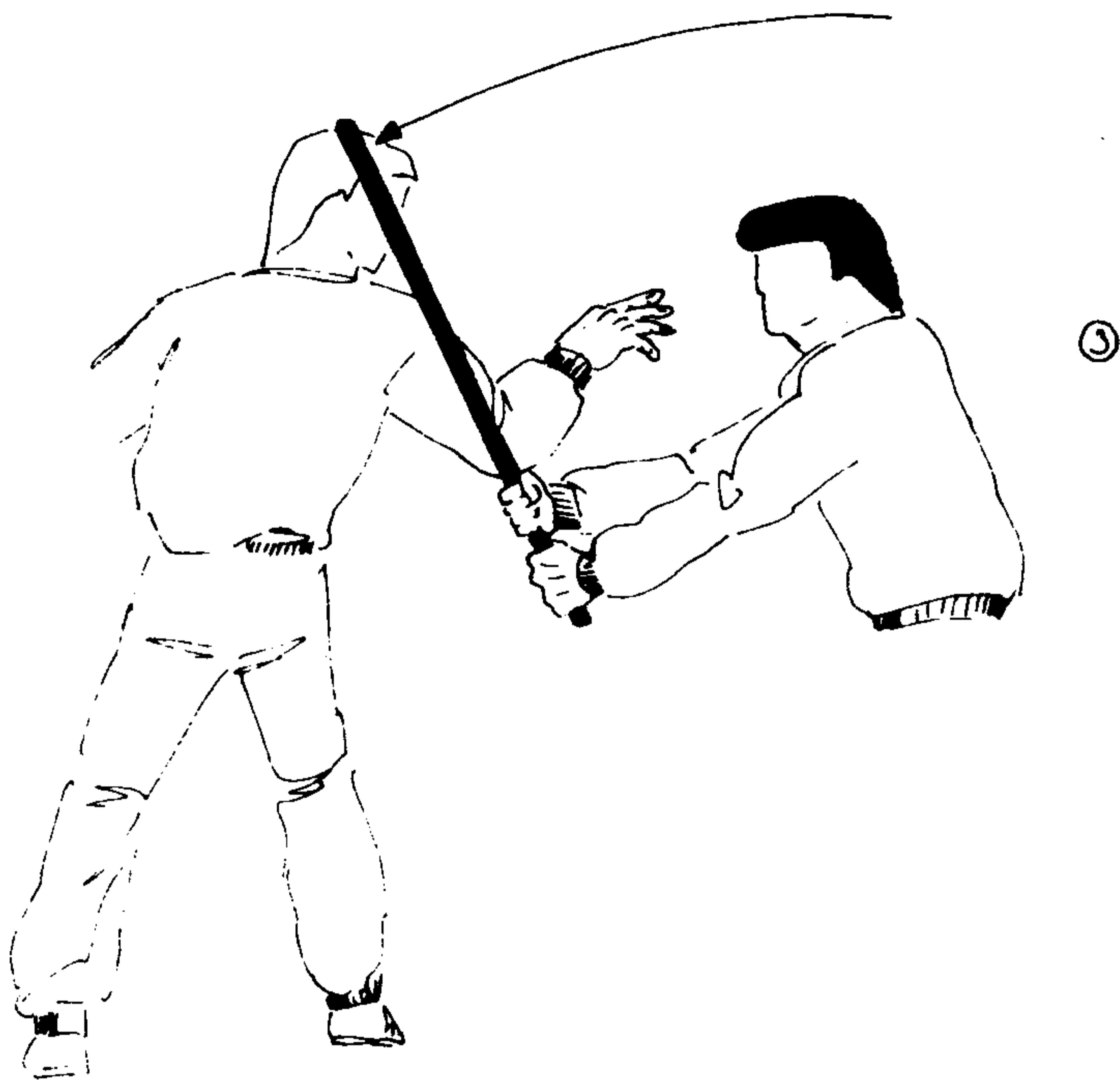
Blokem zvedáte nohu a
zároveň provedete podmet
(3). Ještě v pádu "dora-
zíte" protivníka švihem
tyčí do hlavy.



Kopající noha je zespodu
zachycena a z vrchu bodne
konec tyče do kolena (1).
Plynule následuje úder do
hlavy.







HANBO odrazí kop zvenčí tak, aby byl soupeř uveden do rotace (1). Po krytu bodá tyč do ledvin (2) a nakonec s náprahem úder tyčí do hlavy.