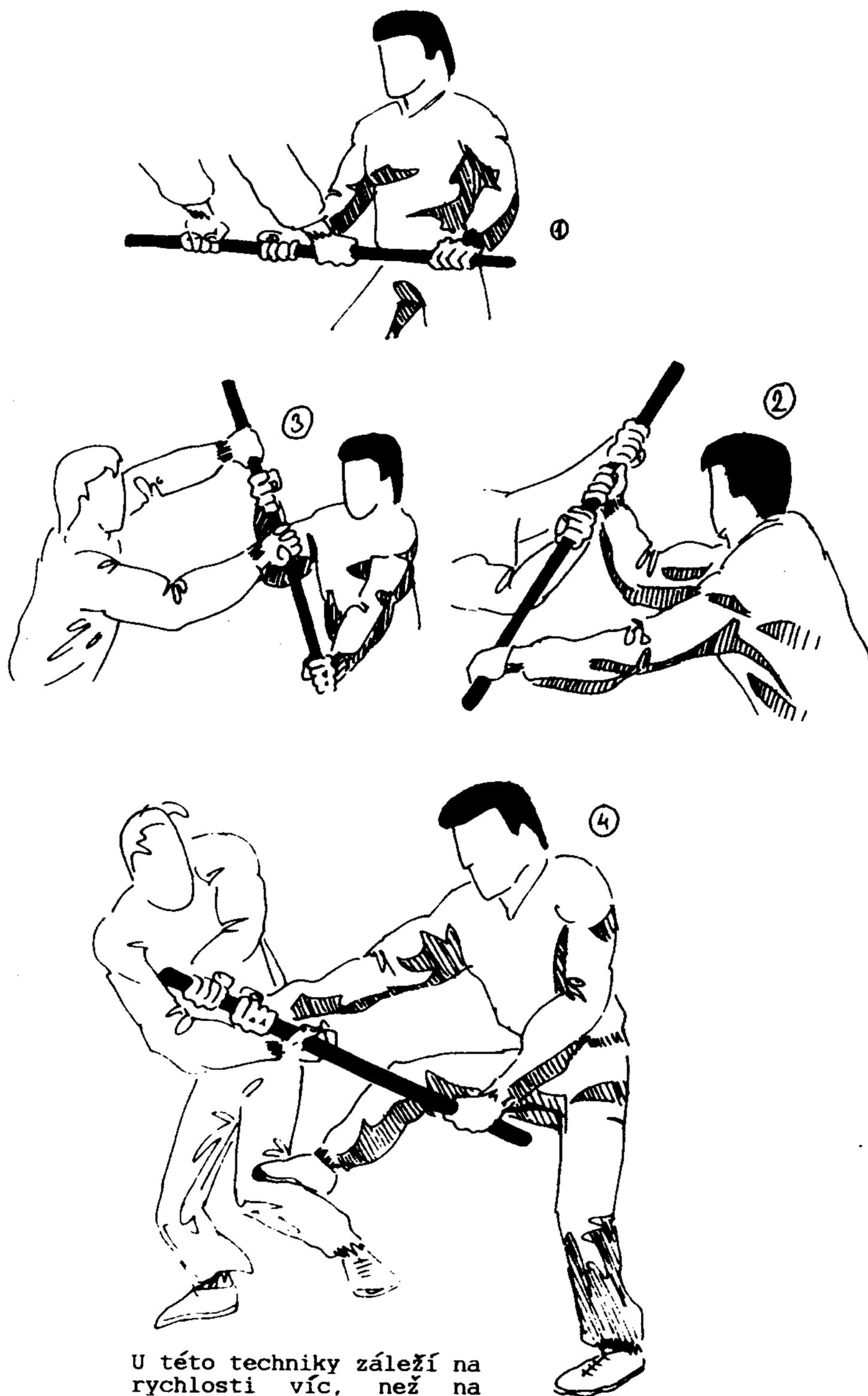
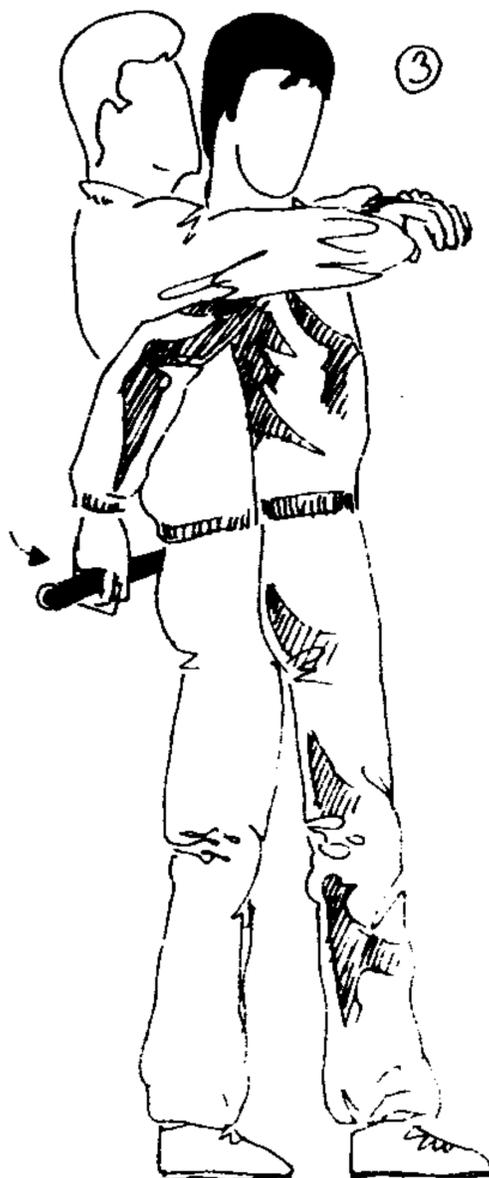
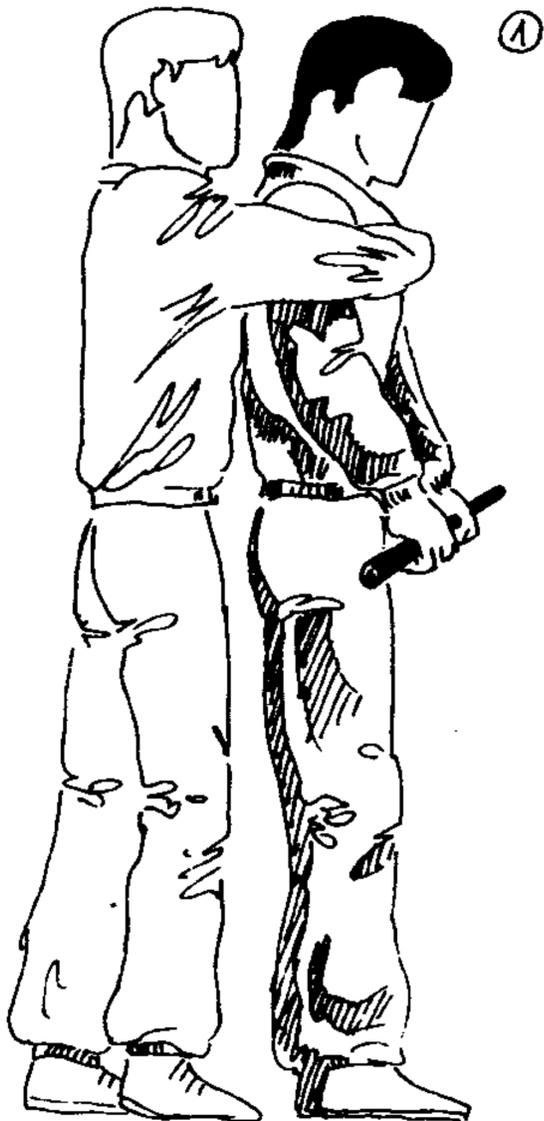


**HANBO
PROTI
DRŽENÍ**

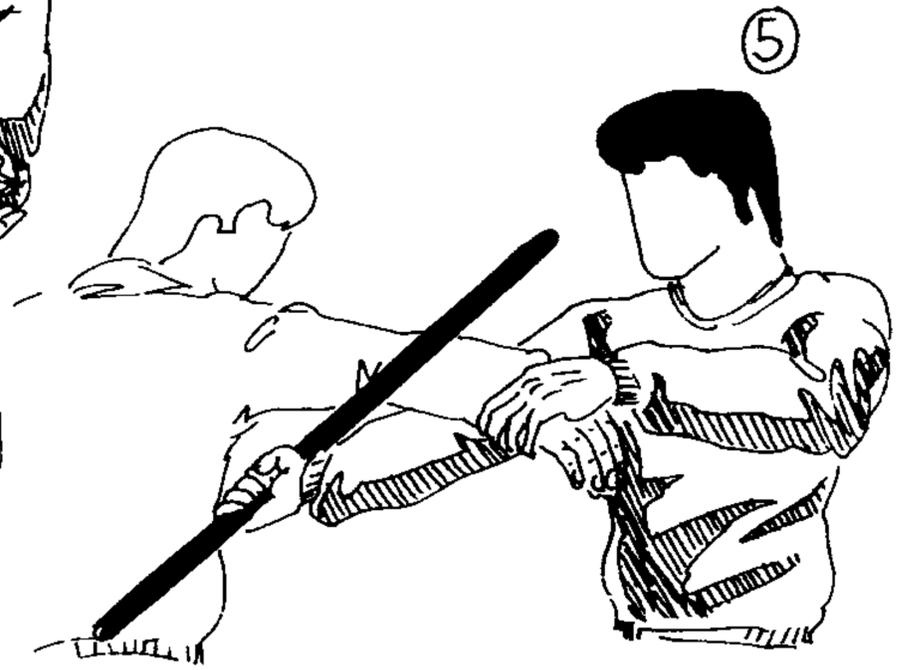




U této techniky záleží na rychlosti víc, než na čemkoli jiném. Musíte obrát provádět a zároveň tlačit do soupeře.



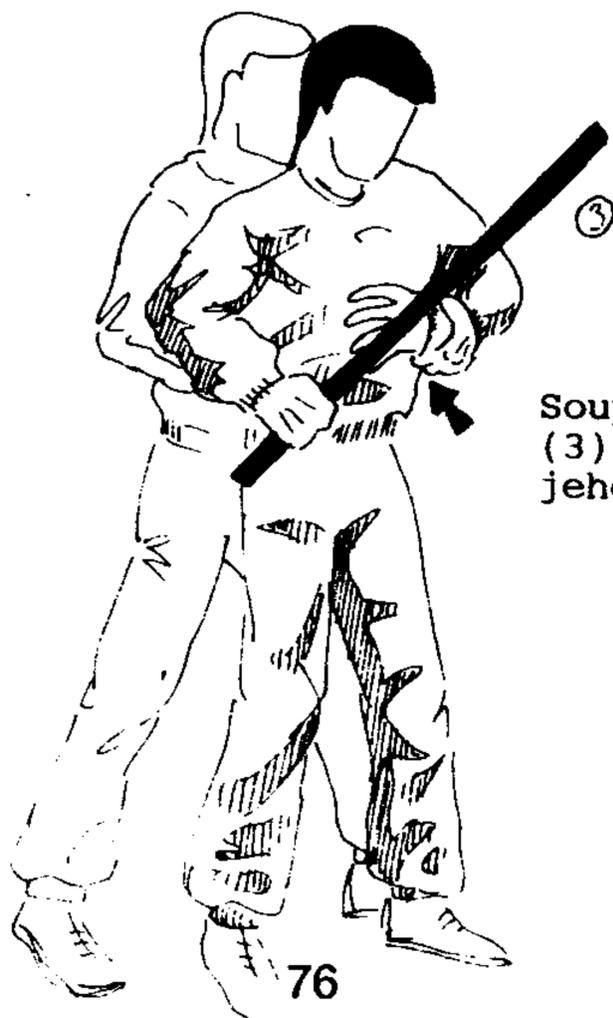
Soupeř vás drží zezadu přes ruce (1). Jednou rukou pustíte (2) HANBO a stočíte je za soupeřova záda. Současně udeříte hlavou dozadu do protivníkovu obličej. Levačkou chytíte HANBO (3) za soupeřovými zády a udeříte jí do soupeřovy páteře. Uvolníte se tak ze sevření.



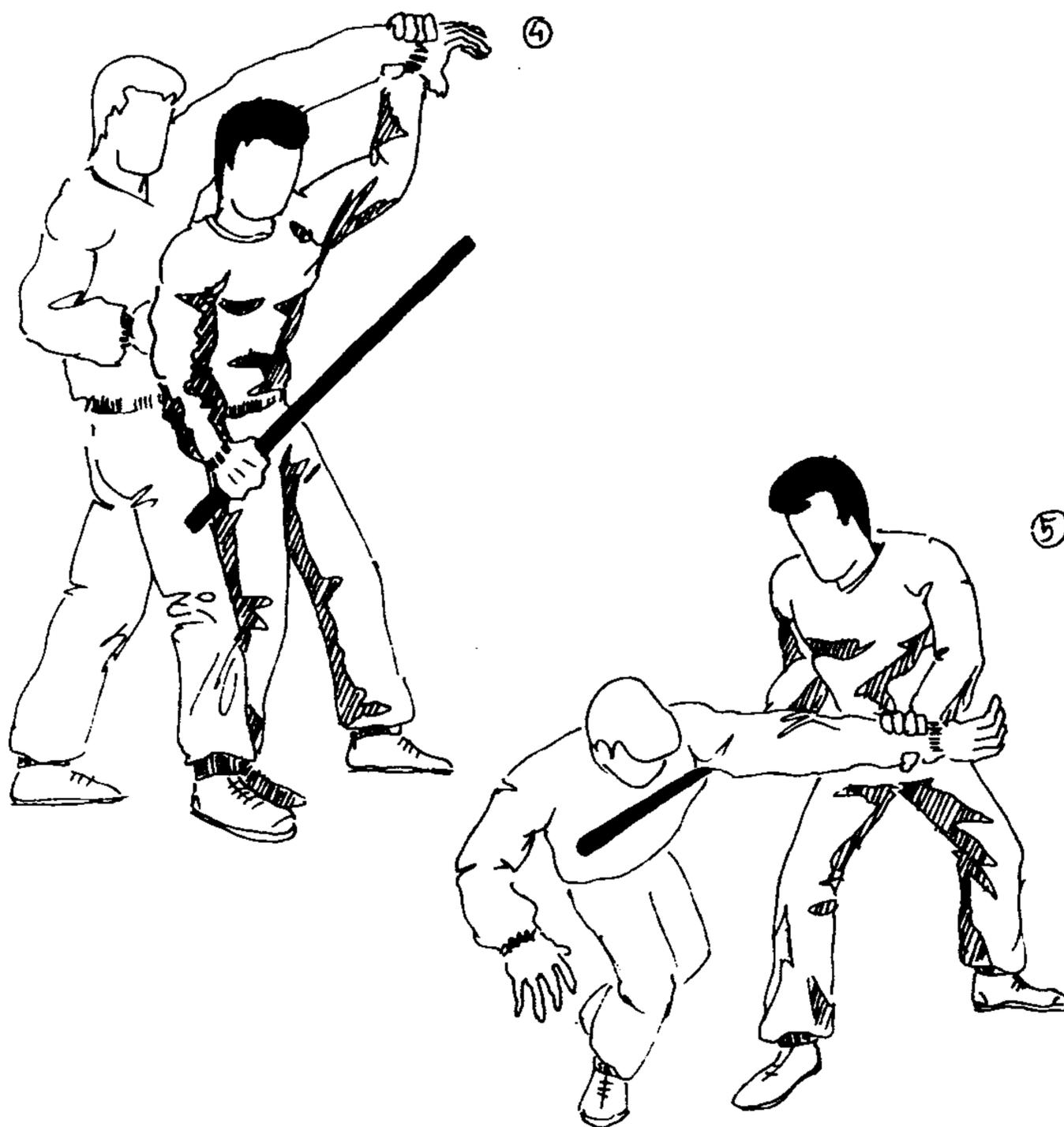
Levačkou uchopíte jeho pravou ruku (4). Tlačíte přitom soupeřův loket proti HANBO. Otáčením se doprava a tlakem na loket stlačíte soupeře k zemi (5). Ruku držíte stále napjatou. Potom levačkou opět uchopíte konec HANBO. Přitahováním si protivníkovy ruky je vyvinuta silná páka na loket (6).



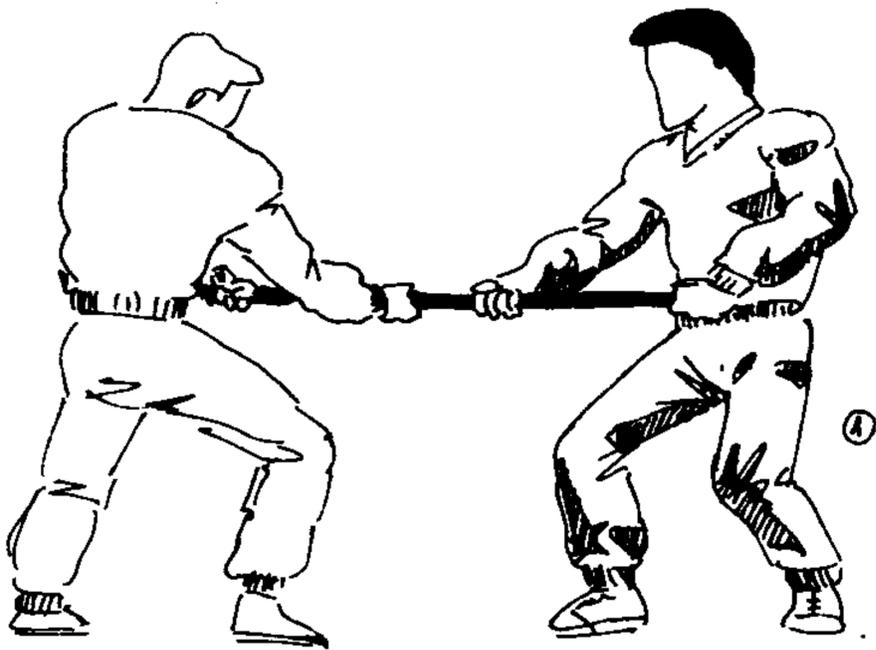
Soupeř vás drží zezadu pod rukama (1). Zakloníte hlavu a udeříte tak soupeře do obličeje, zároveň udeříte tyčí (2) do kloubu, či prstů.



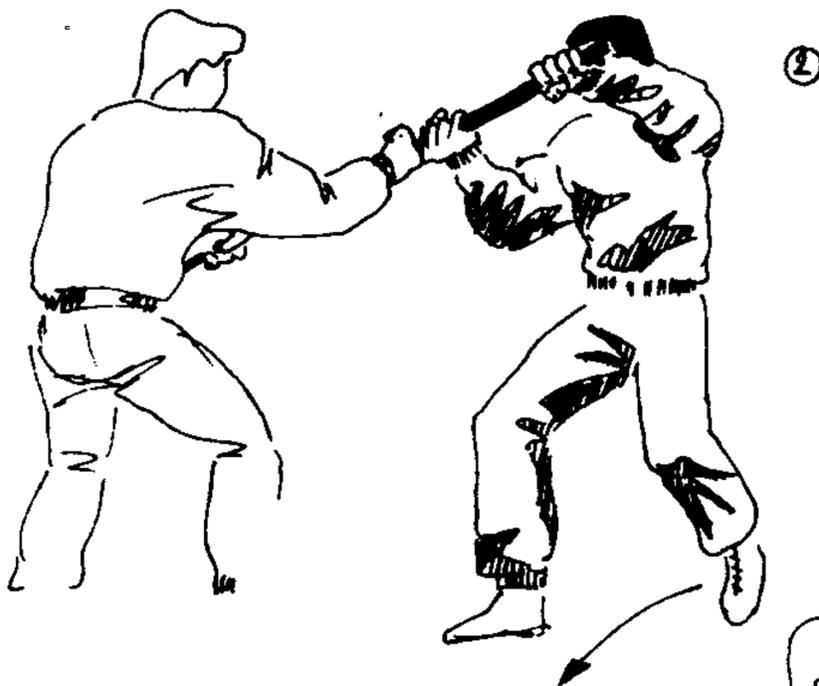
Soupeř uvolní sevření (3). Uchopíte levou rukou jeho zápěstí.



Zvednete drženou ruku (4)
a ukročíte doleva mimo
tělo protivníka. Potom
prostrčíte HANBO pod paži
soupeře. Konec tyče
opřete o solar plexus (5)
a páčením shodíte soupeře
na zem...



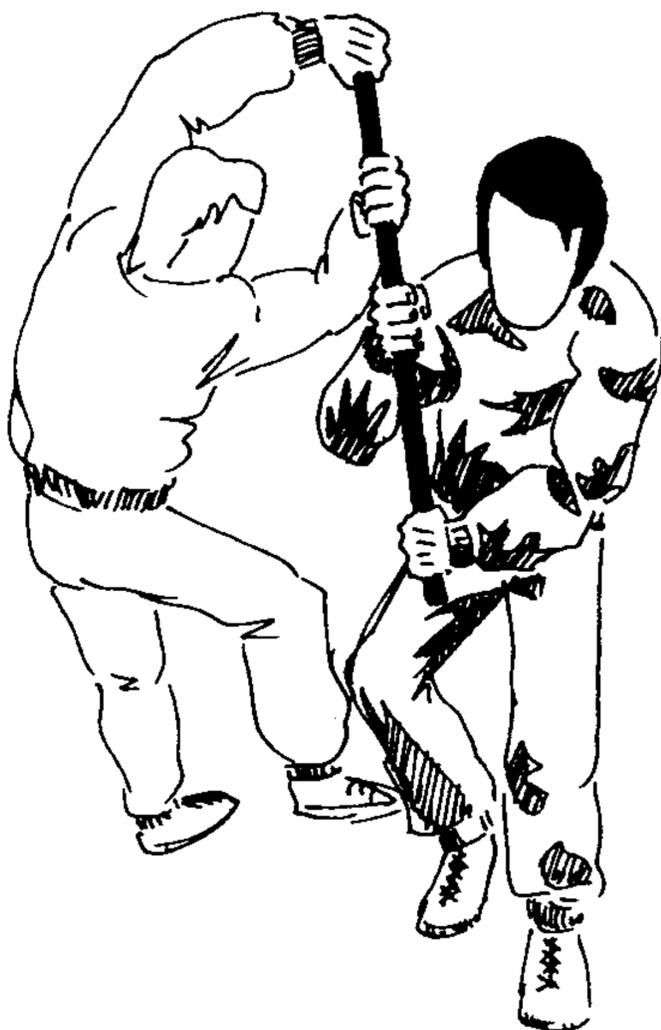
Uchopí-li protivník vaši zbraň (1), je největší chybou se s ním prát.



Naznačíte zatažení, povolíte a vyražíte vpřed (2):

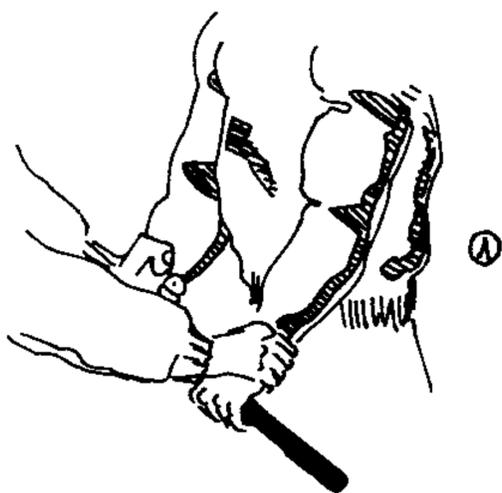


Tyč otáčíte velkým kruhem okolo jeho rukou za jeho rameno a zároveň celé tělo jde plynule vpřed.

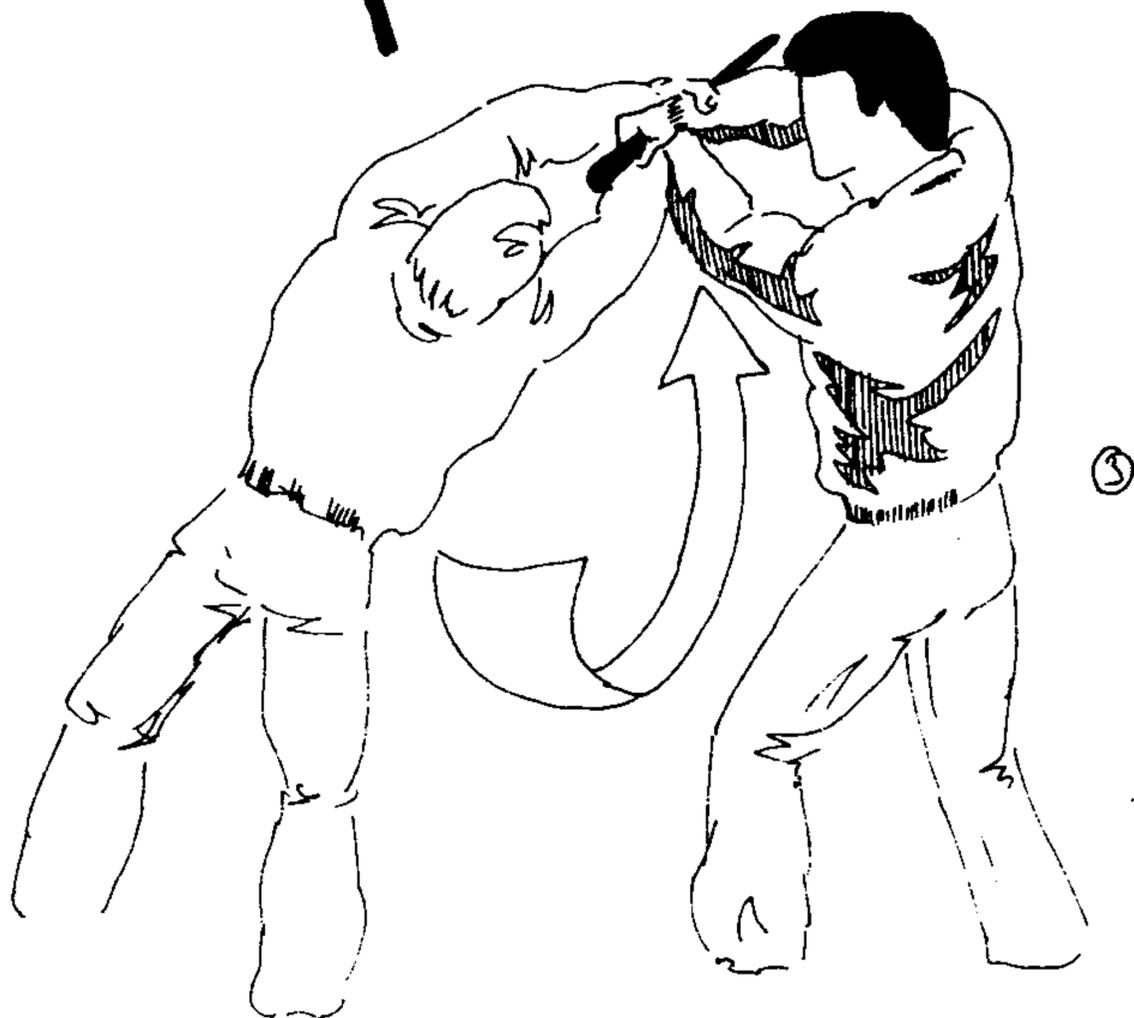


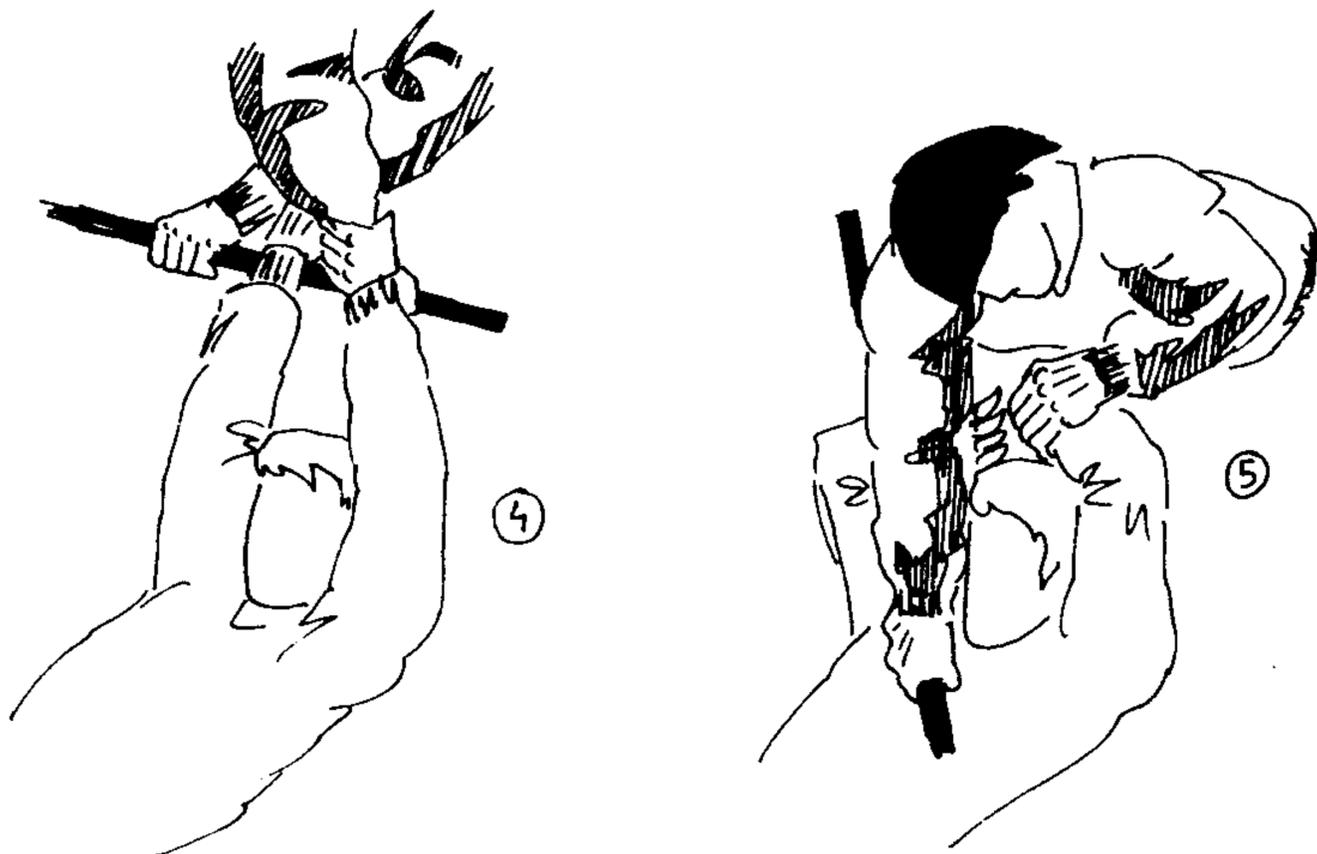
④

Při patřičné razanci a rychlosti, což je u této techniky nejdůležitější, svalí se protivník na záda (4).

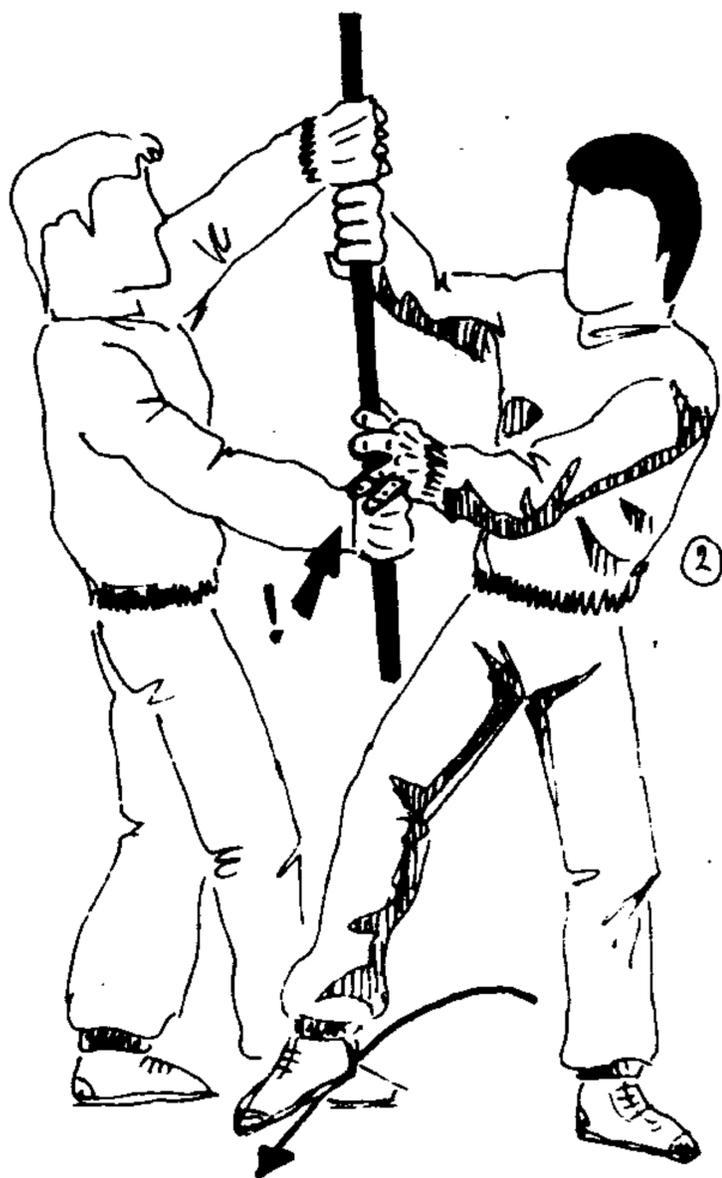
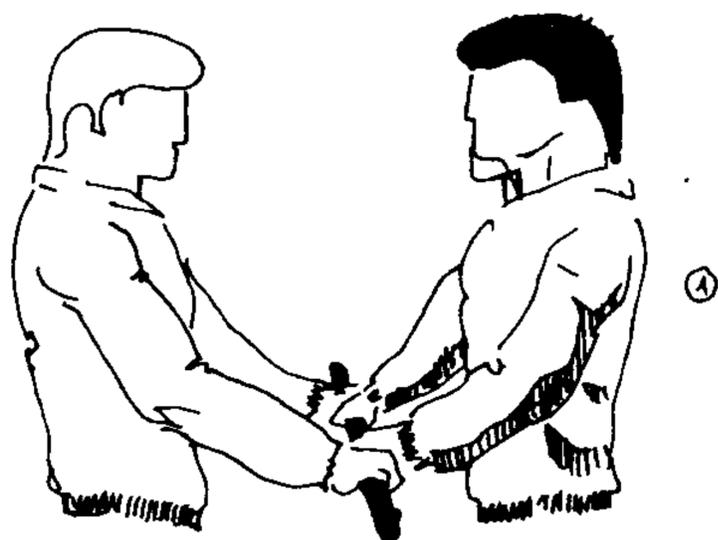


Vyzkoušejte si techniku
nejdříve pomalu. U této
techniky zvláště záleží na
překvapivém začátku a
prudkém, rychlém provedení.

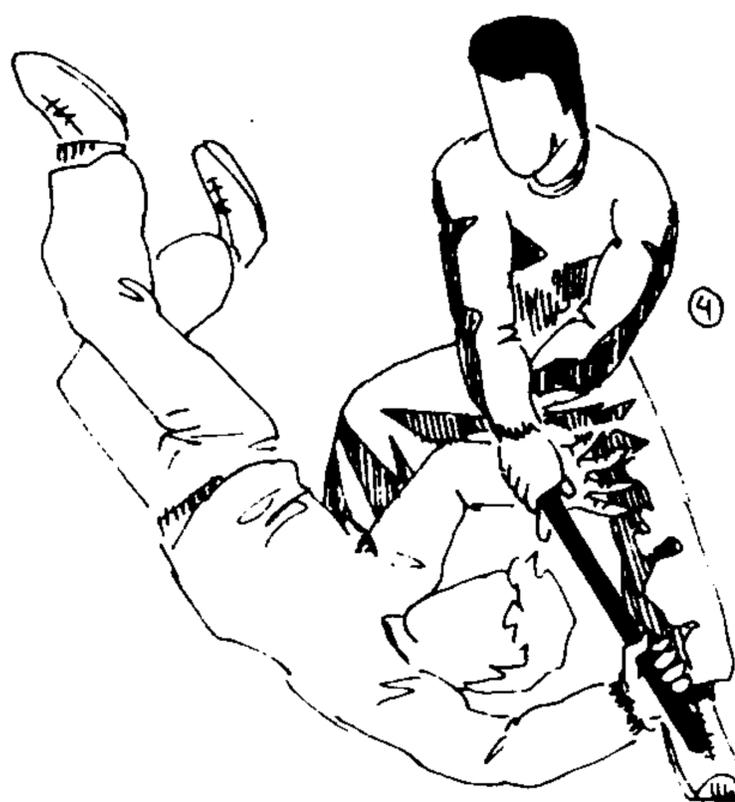
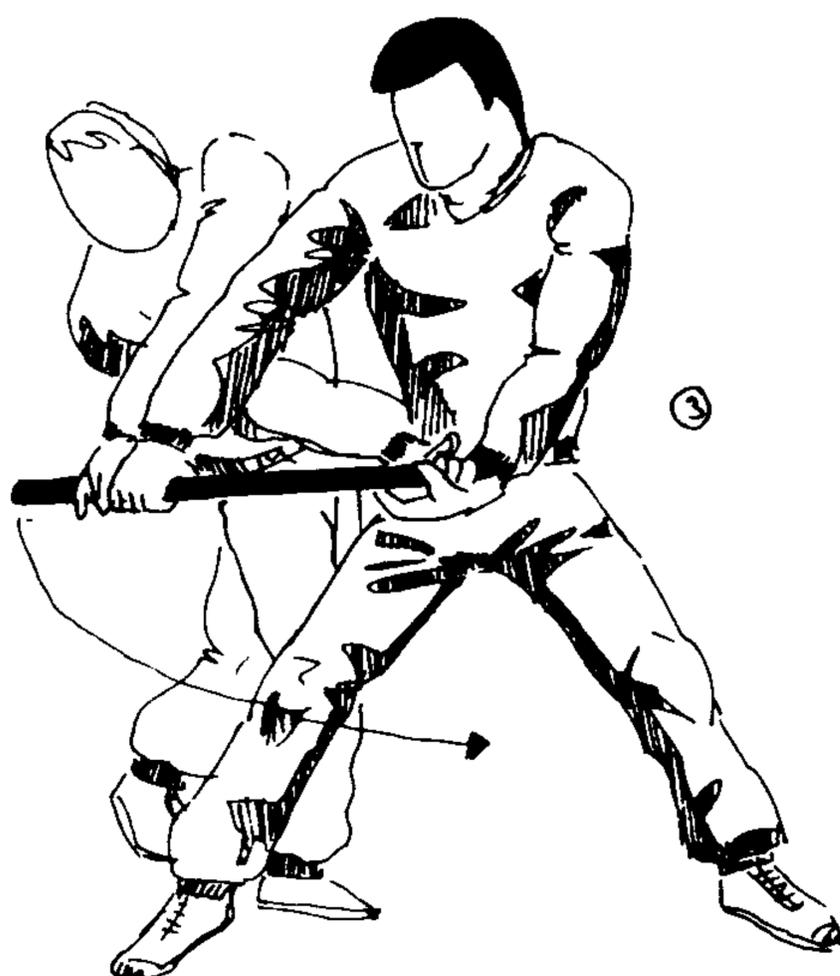




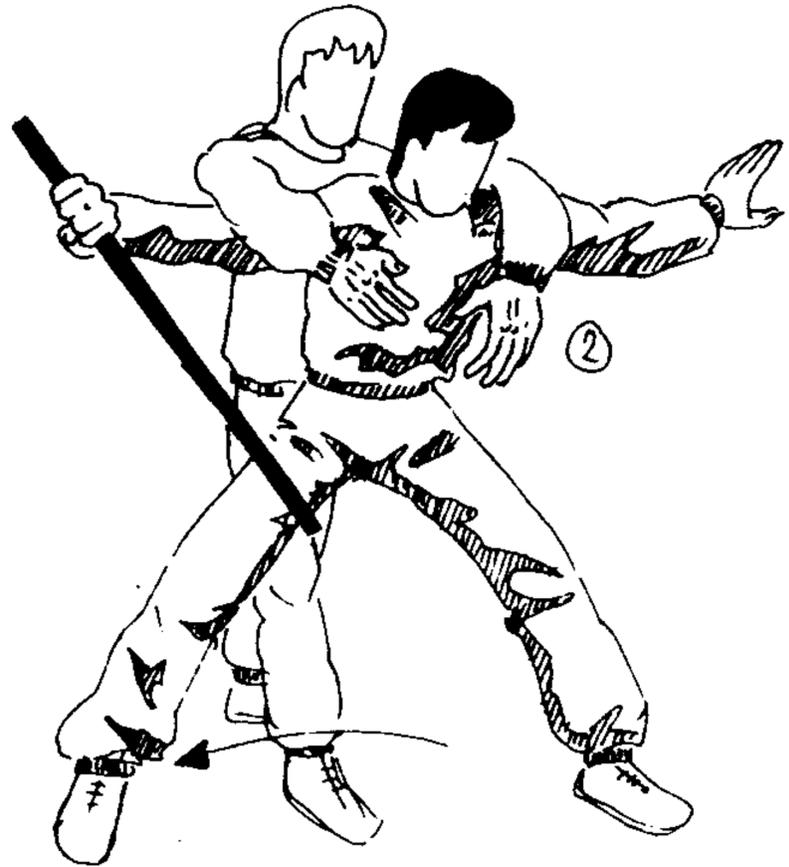
Pravá ruka přehmátne přes levou a obránce provede půlobrat do prava, zároveň zdvihne držené ruce, tak, aby protivníka otočil. Z nejvyššího bodu ustoupí obloukem do leva a složí soupeře na zem. Technika končí bodnutím tyčí do prsní kosti.



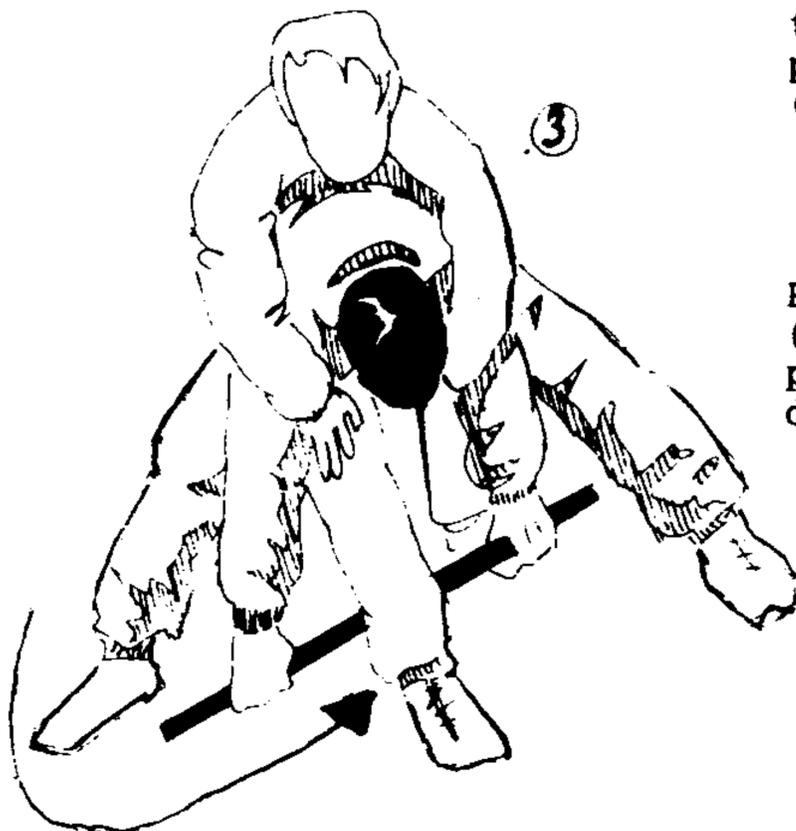
Protivník uchopí vaše HANBO oběma rukama (1). HANBO otočíte pravým koncem nahoru, levým koncem otáčíte dolů. Pravou nohou překročíte za pravou nohu protivníka. Levá ruka začíná přidržovat pravou ruku protivníka na tyči. (2).



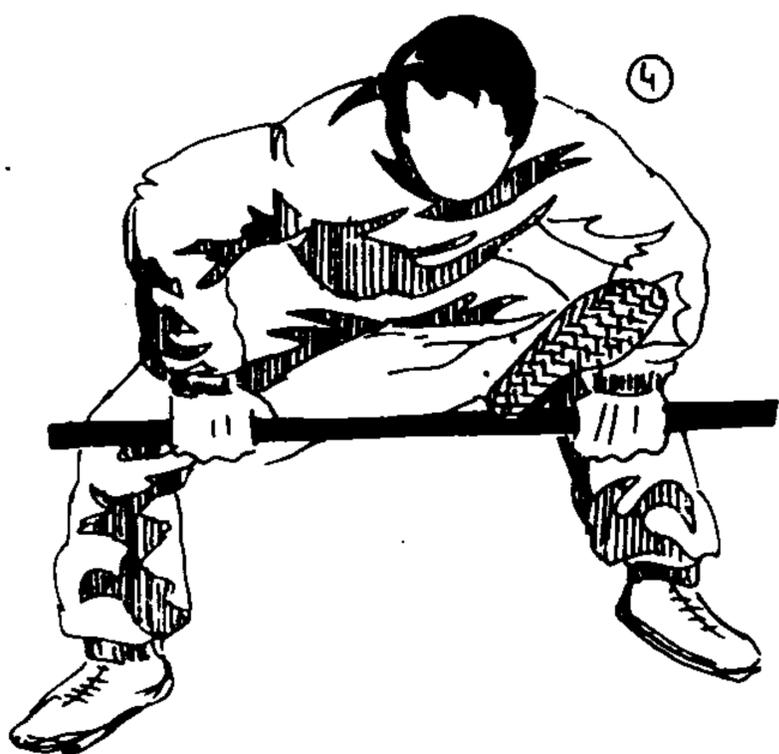
Levá ruka drží protivníkovu pravou ruku na tyči (3) a s pokračováním rotace je soupeř poražen přes nohu na zem (4).



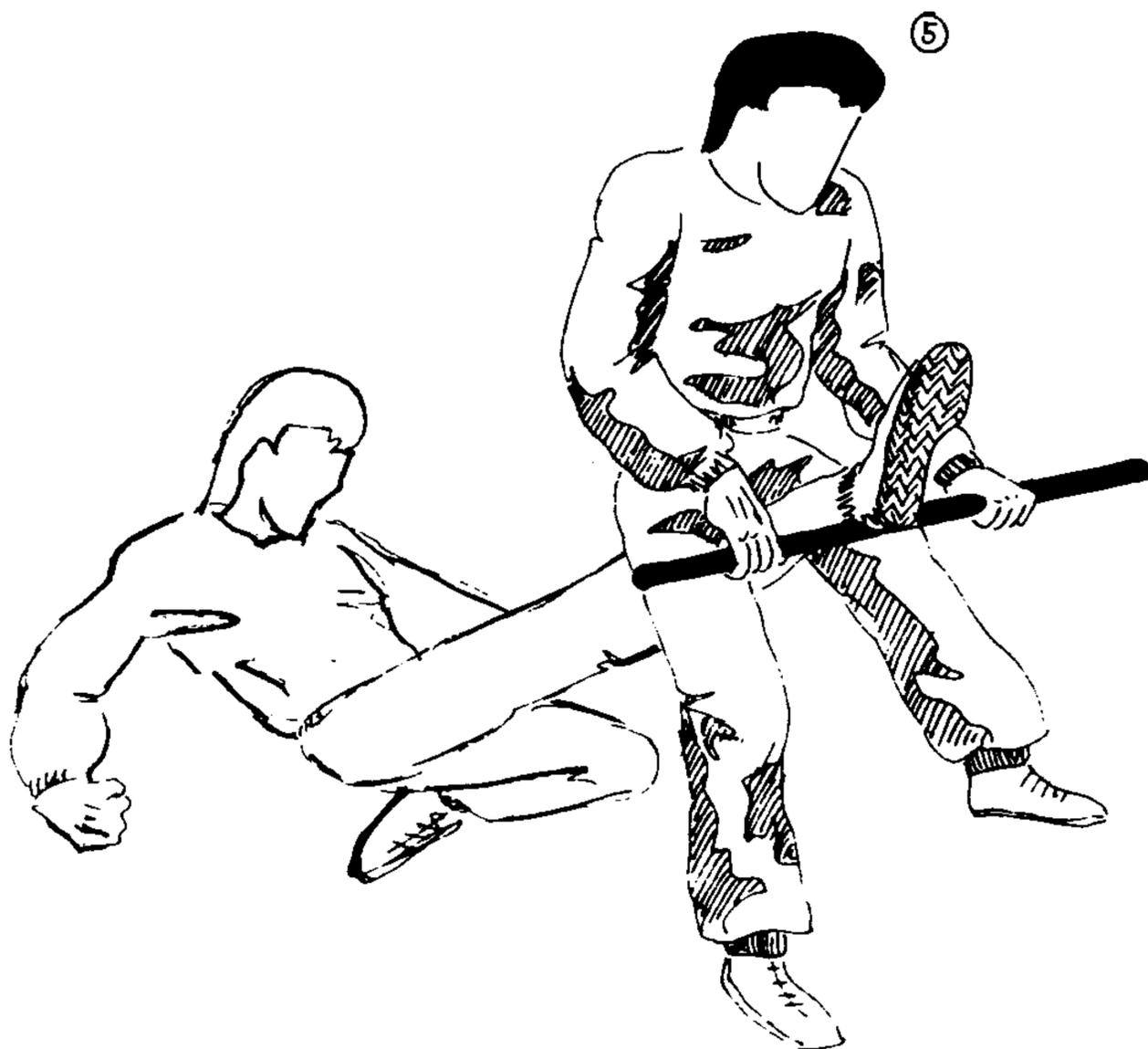
Jste uchopen zezadu přes ruce (1) pravou nohou ukročíte doprava, snížíte tělo a s předklonem prudce rozpažíte, HANBO (2) v pravé ruce.

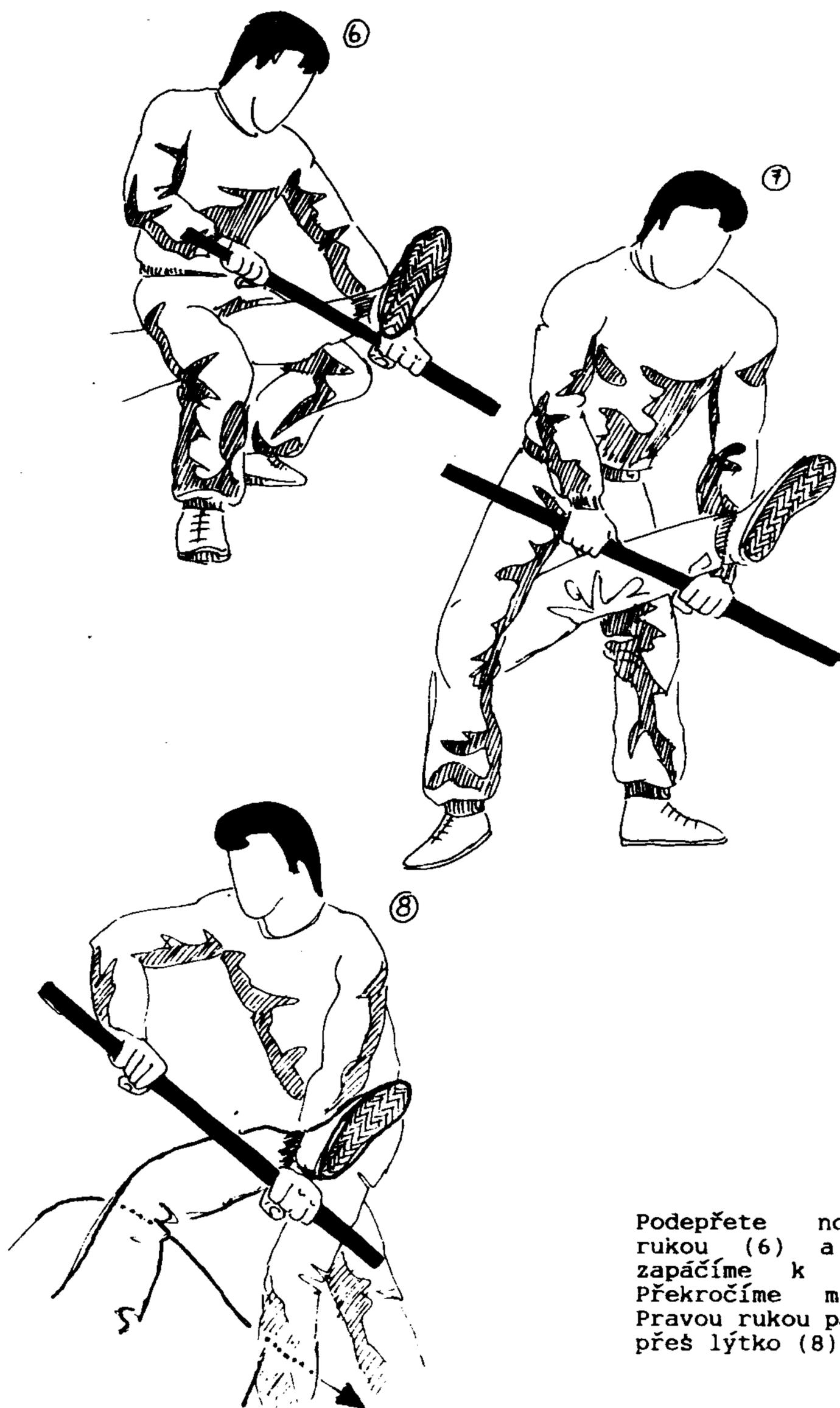


Předklon pokračuje, HANBO (3) prostrčíte za nohu protivníka a uchopíte druhou rukou.

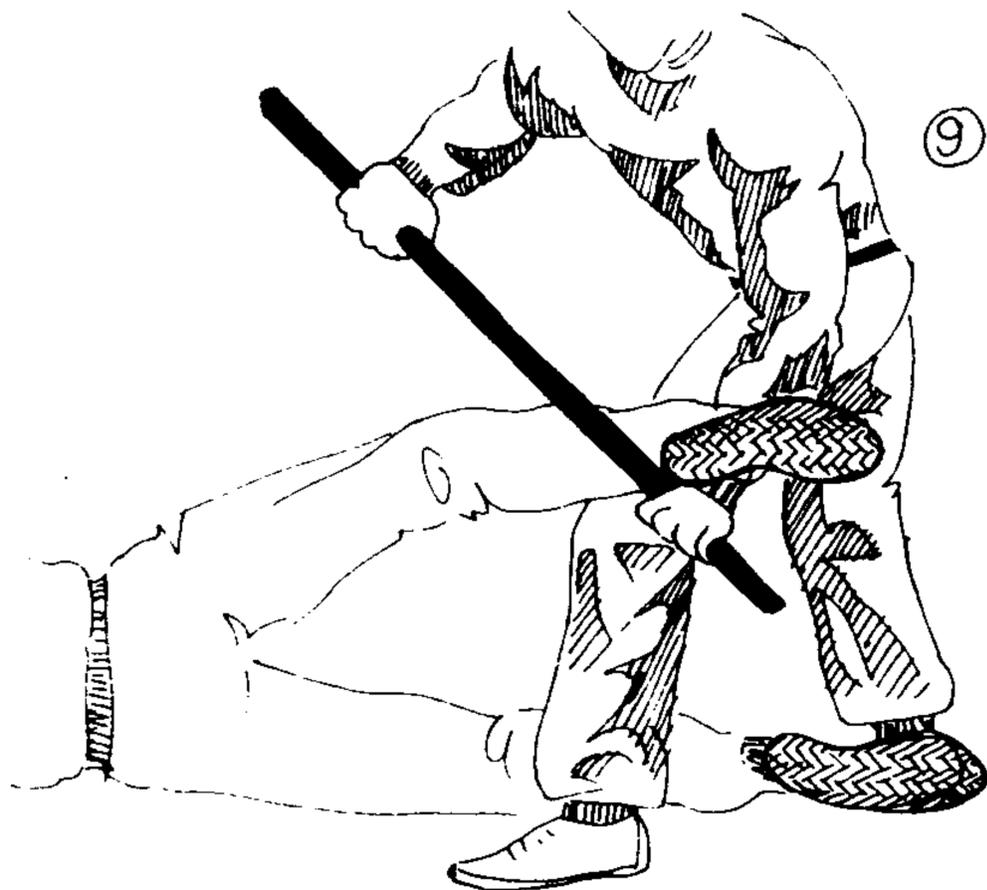


Současně se zdviháním
nohy prosedněte koleno
(4-5). V této pozici
nesmíte zůstat dlouho -
vystavujete se nebezpečí
kopnutí do zad.

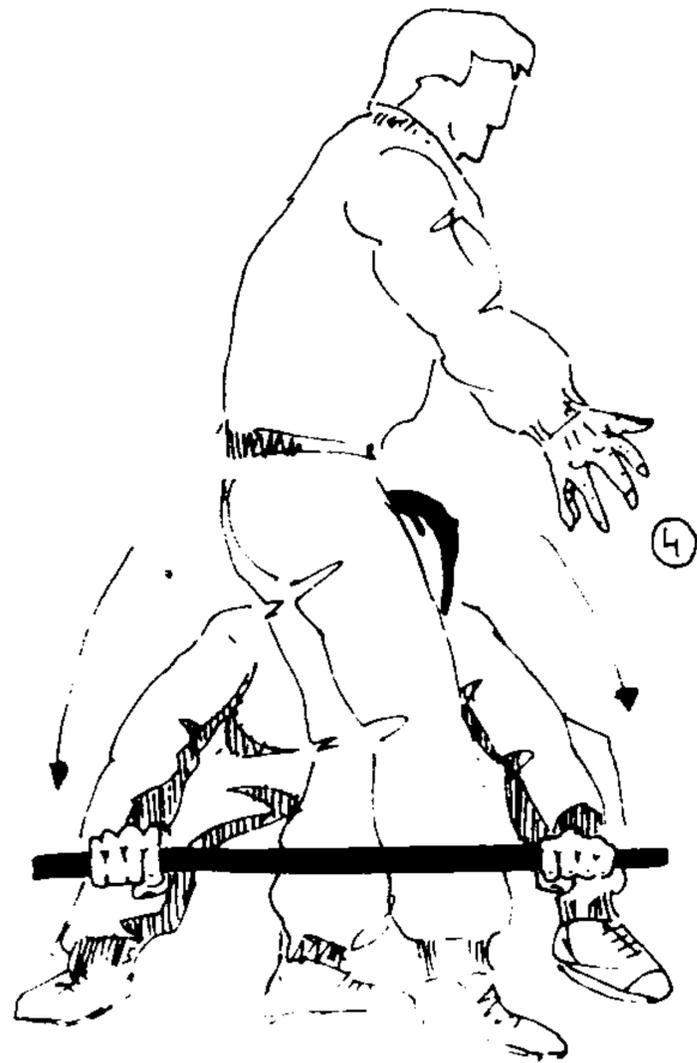
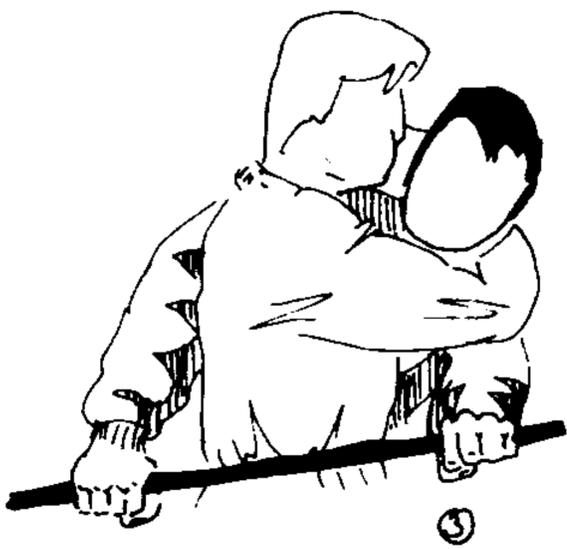
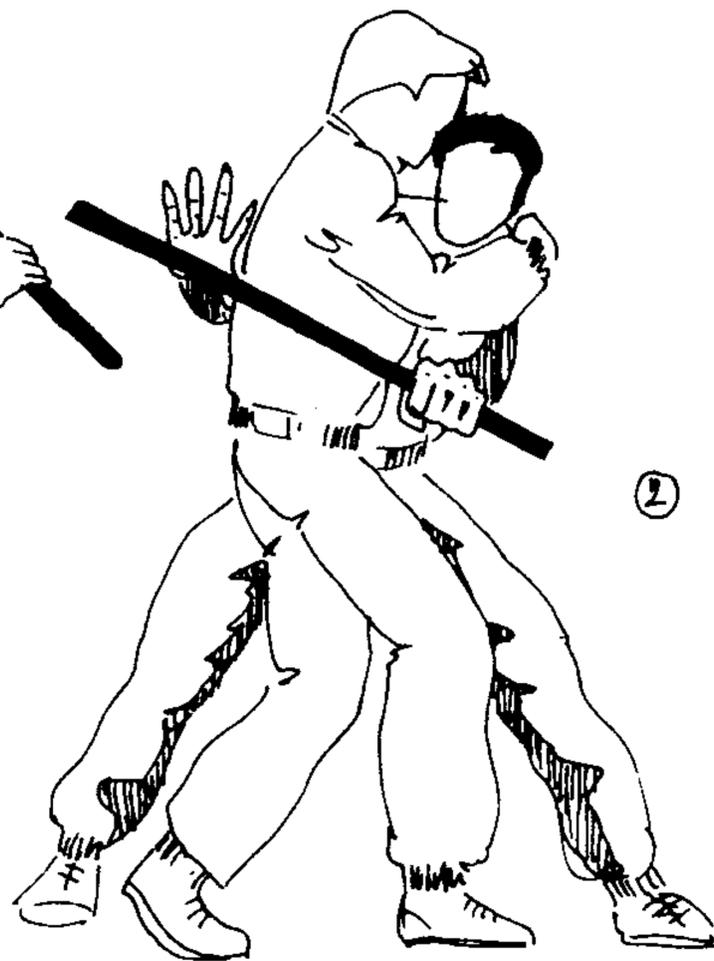
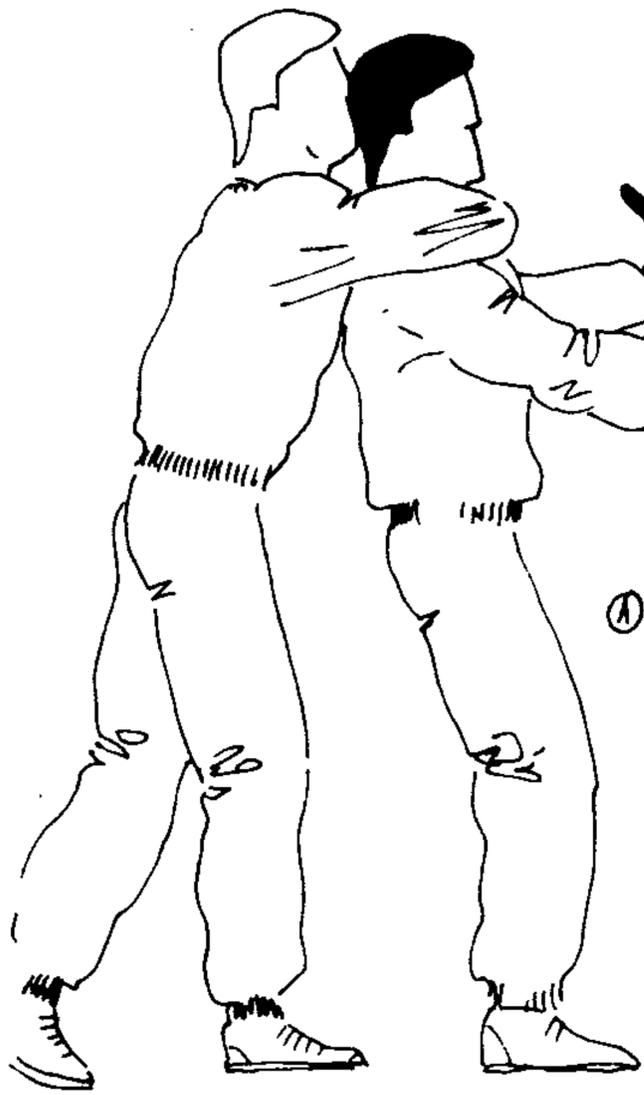


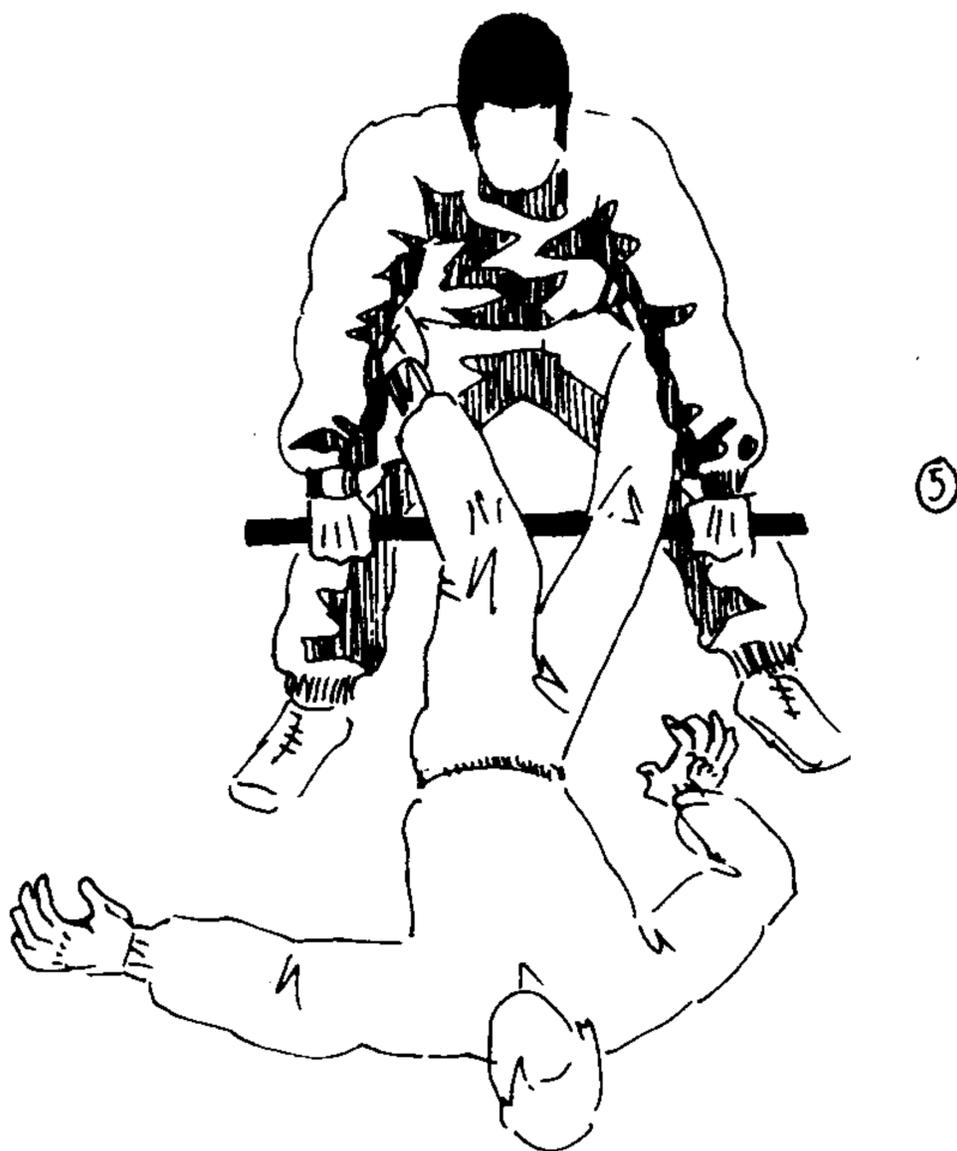


Podepřete nohu levou
 rukou (6) a pravačkou
 zapáčíte k sobě (7).
 Překročíme mimo nohu.
 Pravou rukou páčíme HANBO
 přes lýtko (8).

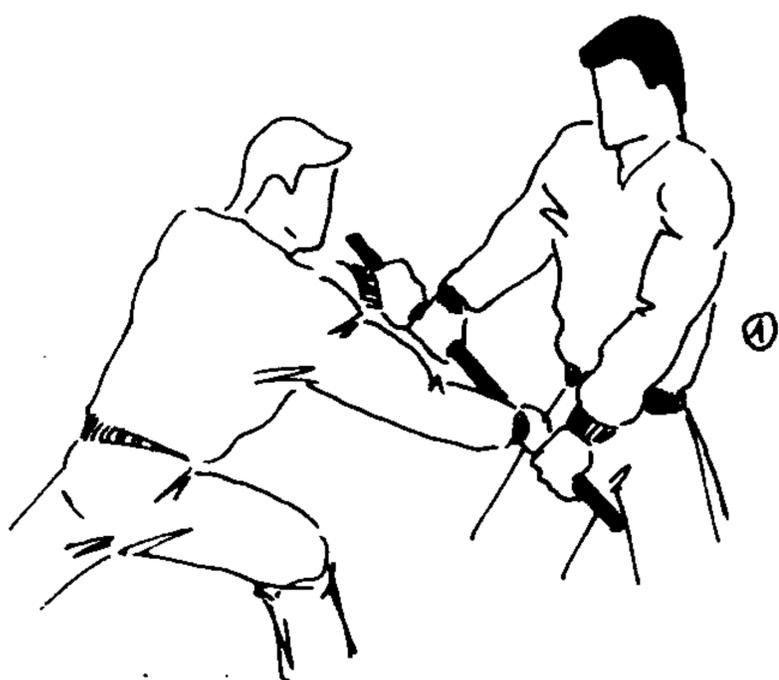


Pravá ruka (9) stáčí HANBO do prava, až je protivník otočen na břicho (10). Nárt nohy je opřen do ohbí paže. Technika je ukončena páčením nohy přes HANBO (11).

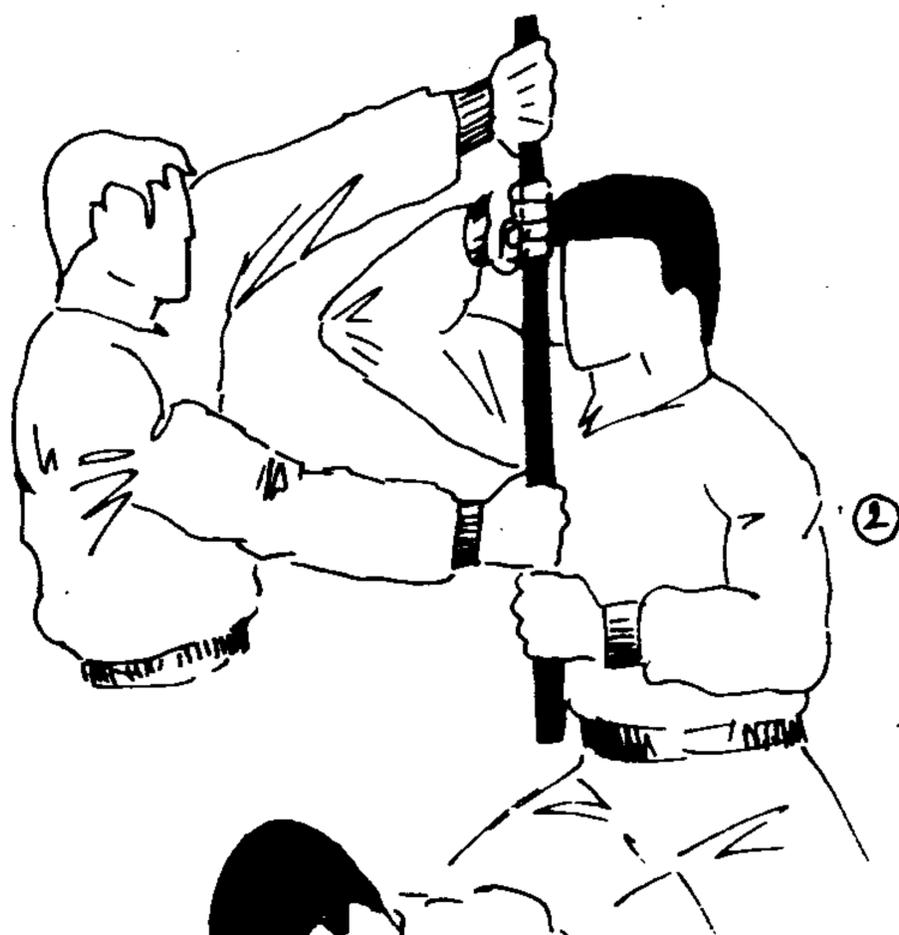


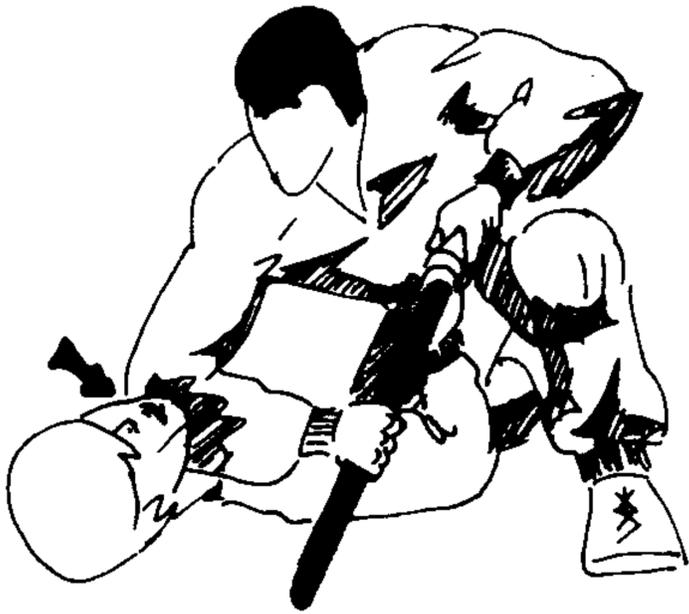


Soupeř vás chytí zezadu (1). Pravá ruka pustí tyč a pravá noha ukročí za protivníka (2). Tyč je uchopena oběma rukama a přitisknuta (3) na žebra. Sjedete do podřepu a tyč stáhnete na nohy pod kolena (4) a přitáhnete k sobě (5). Soupeř je sražen na zem.



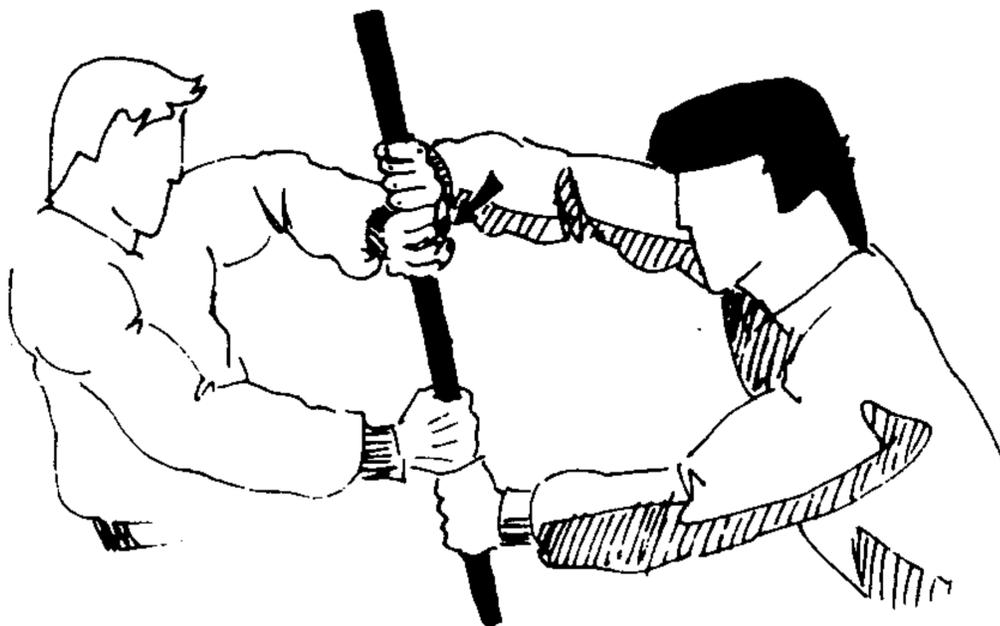
OBRANA PROTI UCHOPENÍ
TYČE OBĚMA RUKAMA

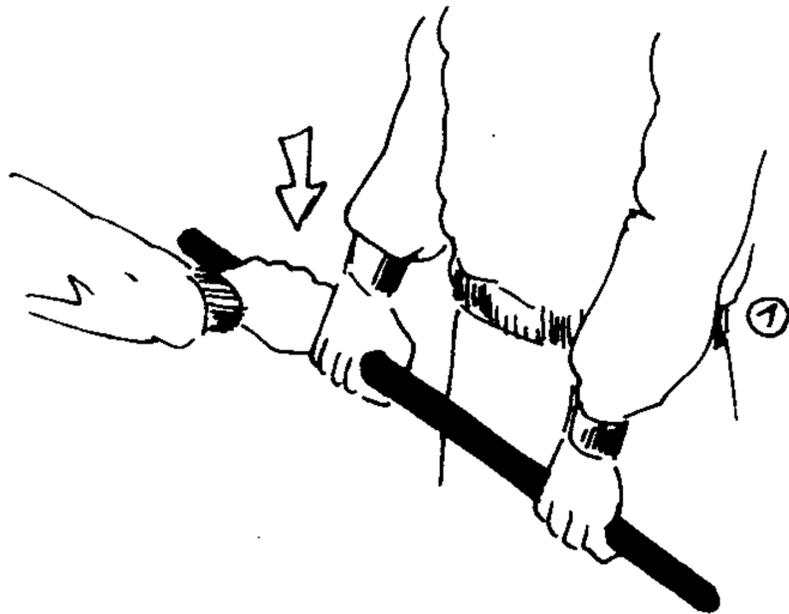




Soupeř drží vaši tyč oběma rukama (1). Stočíte tyč do svislé polohy (2-3) a prudce ji sklopíte přes pravé rameno protivníka. Palec, nebo ukazováček pravé ruky přidrží protivníkovu ruku na tyči (3). Soupeř je tlačěn na záda, po dopadu se loket opírá do jeho obličeje, nebo krku.

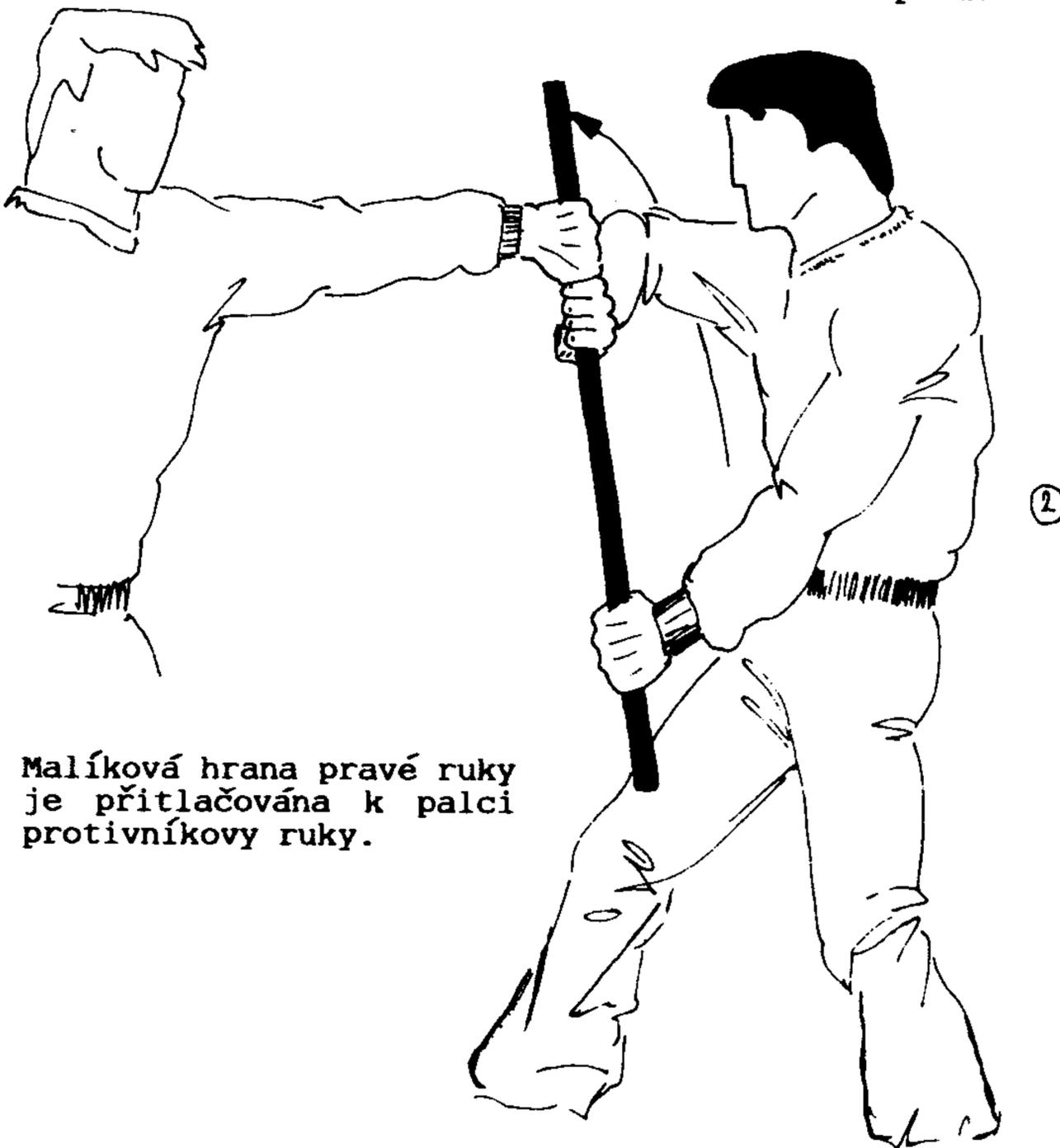
Technika je většinou použitelná i pro způsob držení na obr. dole. Palec pravé ruky může přidržet zápěstí protivníka. Páka má pak vyšší účinek.



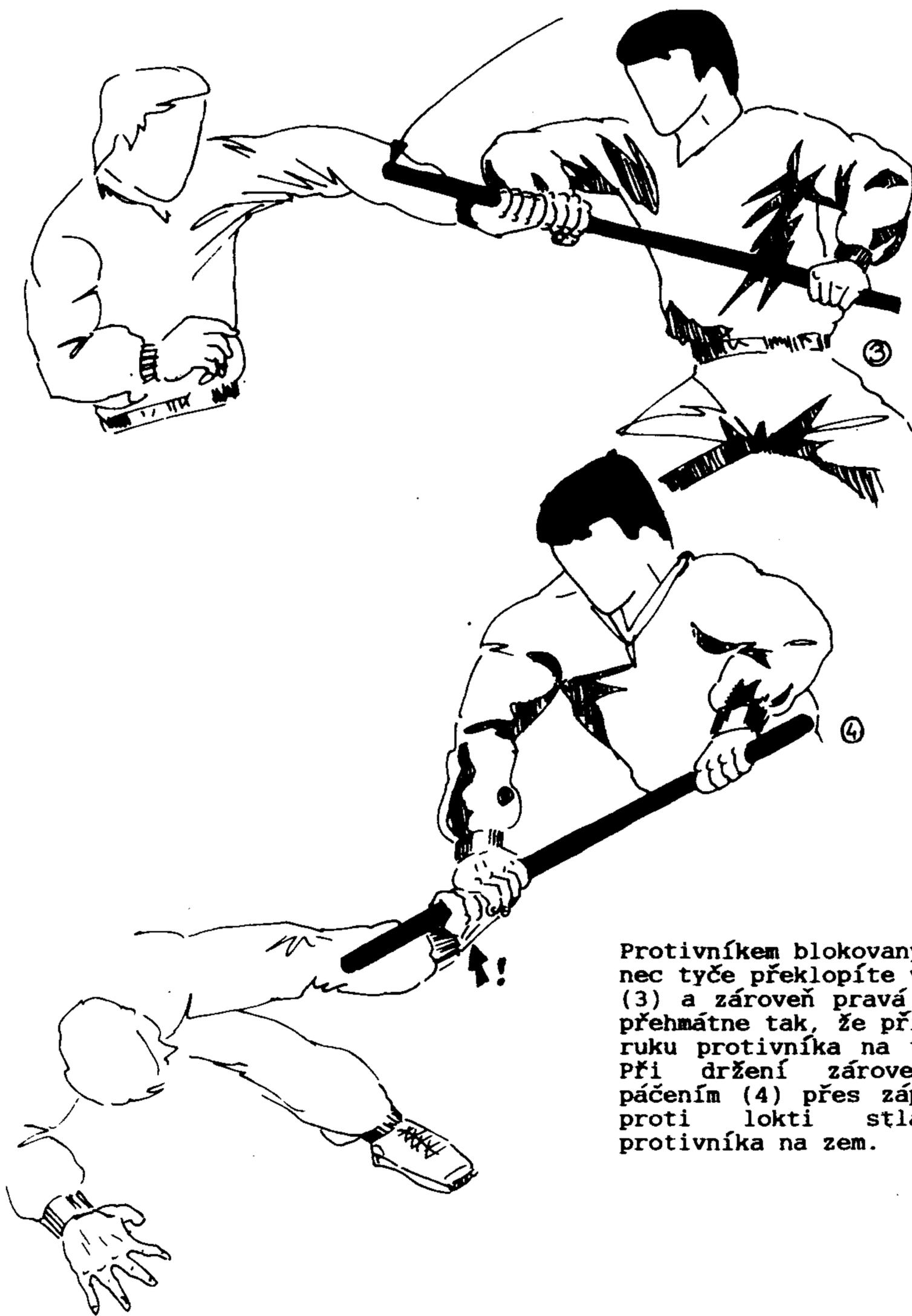


OBRANA PROTI UCHOPENÍ
KONCE TYČE ZVENČÍ

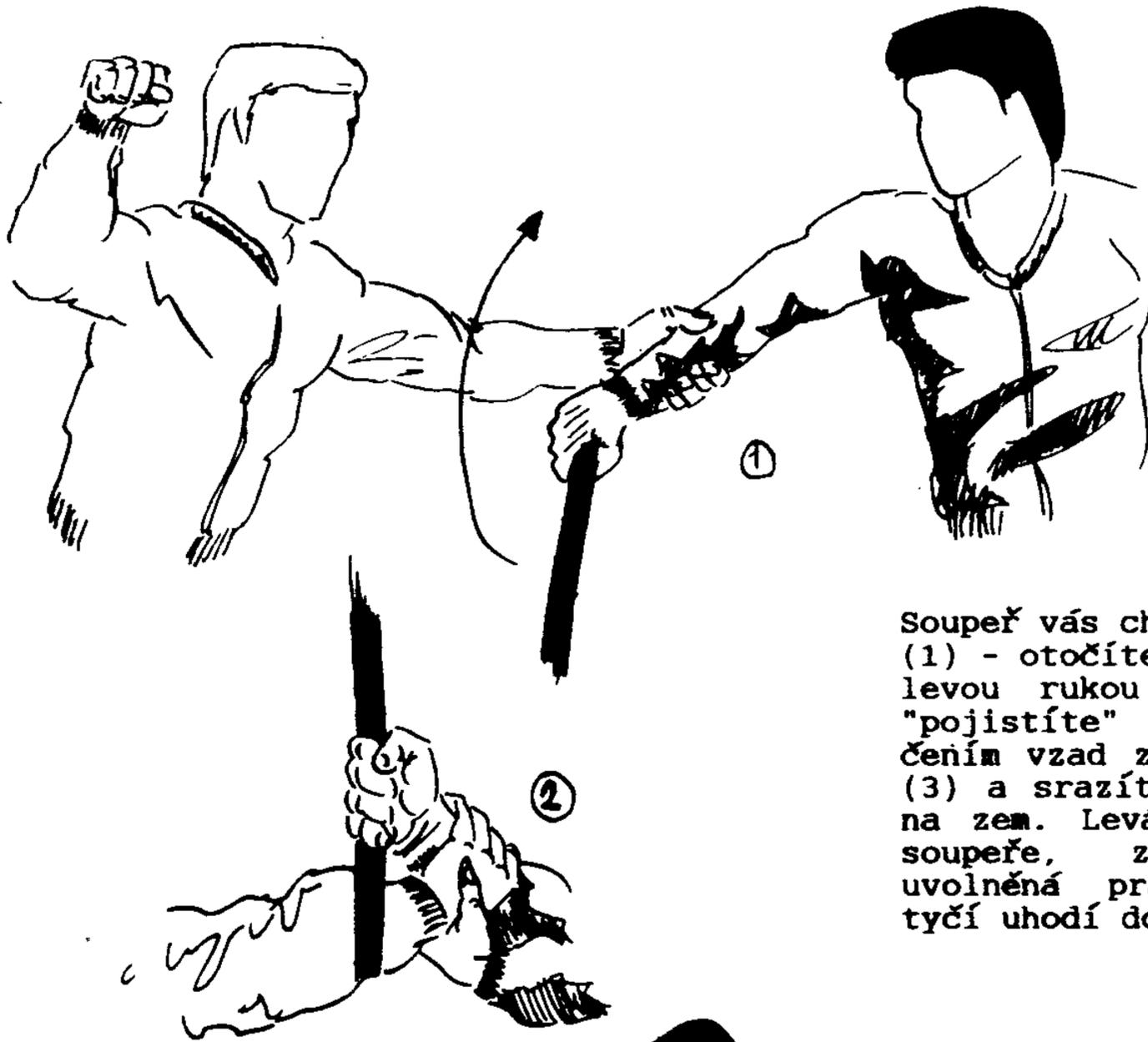
Tyč otočíte do svislé polohy (2) a mírně ukročíte dozadu, tak, aby protivník přenesl váhu vpřed.



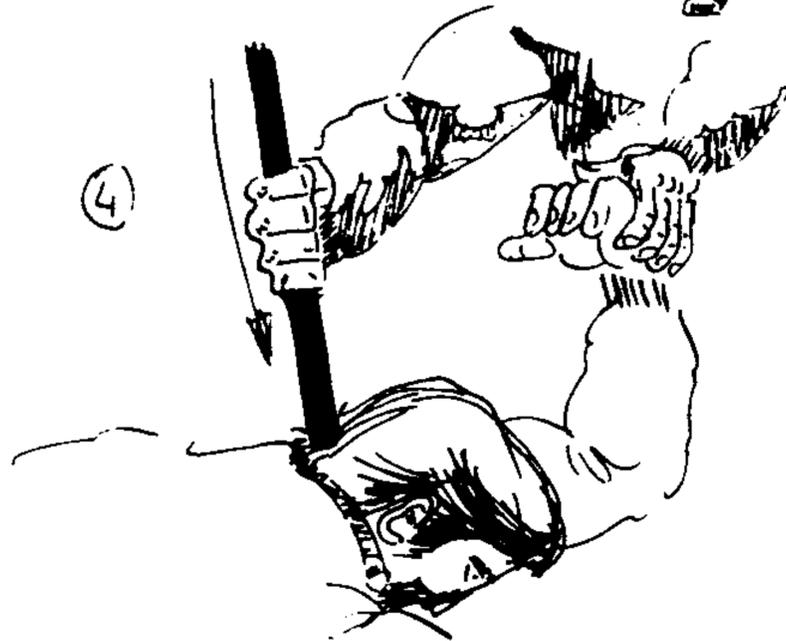
Malíková hrana pravé ruky je přitlačována k palci protivníkovy ruky.

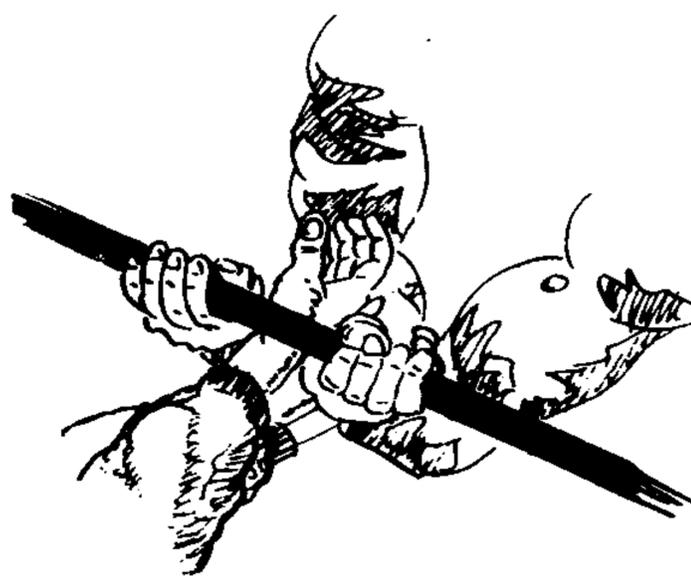
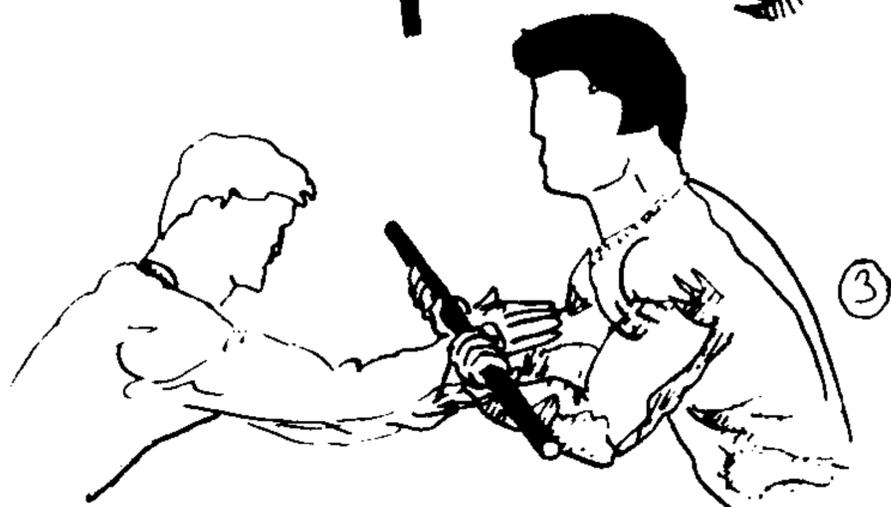
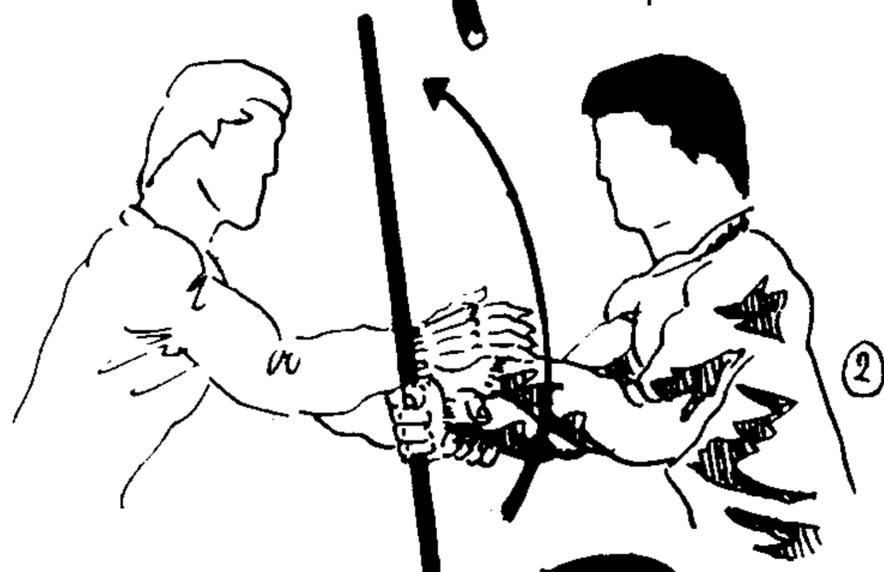
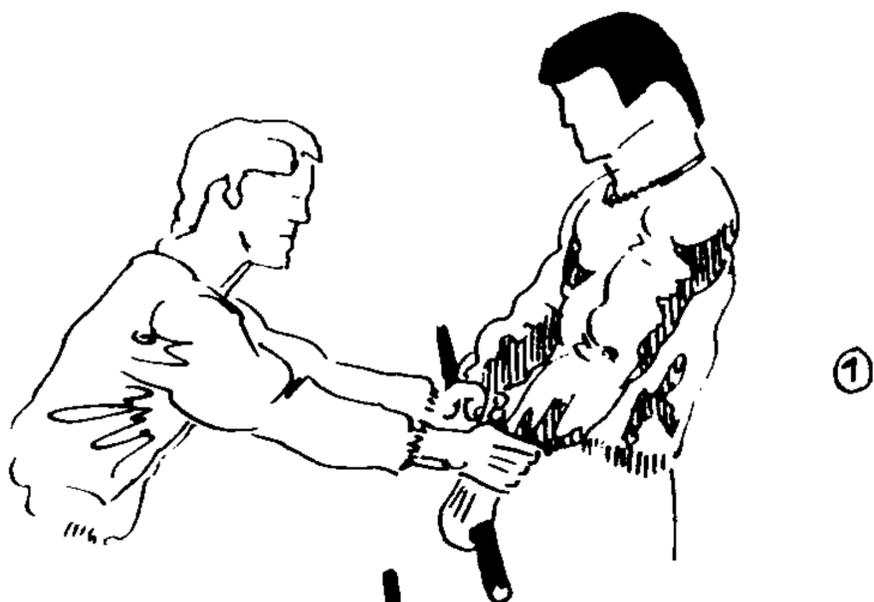


Proti­vní­kem bloko­vaný ko­nec tyče pře­klo­píte vpřed (3) a zá­roveň pra­vá ruka pře­h­mátne tak, že při­drží ruku proti­vní­ka na tyči. Při dr­že­ní zá­roveň s pá­če­ním (4) pře­s zá­pě­stí proti lo­kti stla­číte proti­vní­ka na zem.

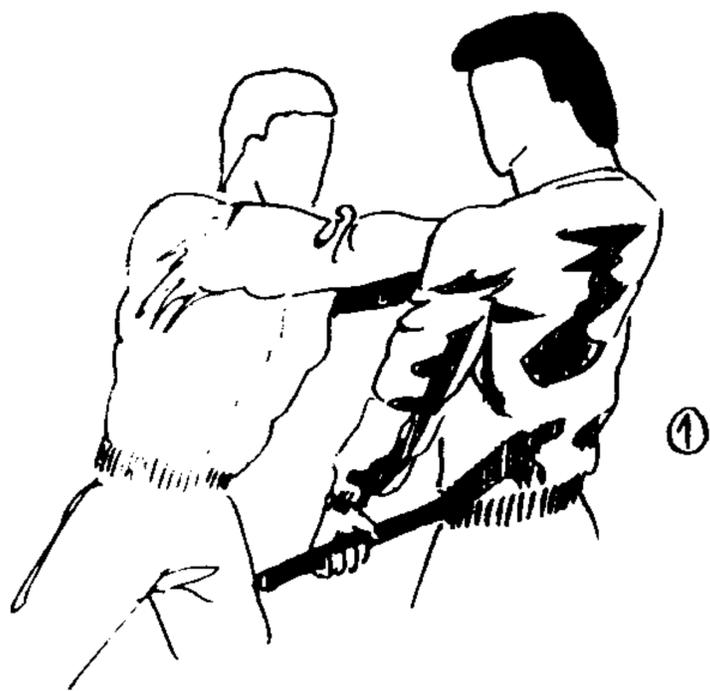


Soupeř vás chytil za ruku (1) - otočíte ji nahoru a levou rukou si soupeře "pojistíte" (2). S ukročením vzad zapáčíte dolů (3) a srazíte protivníka na zem. Levá ruka jistí soupeře, zatímco (4) uvolněná pravá ruka s tyčí uhodí do týla.

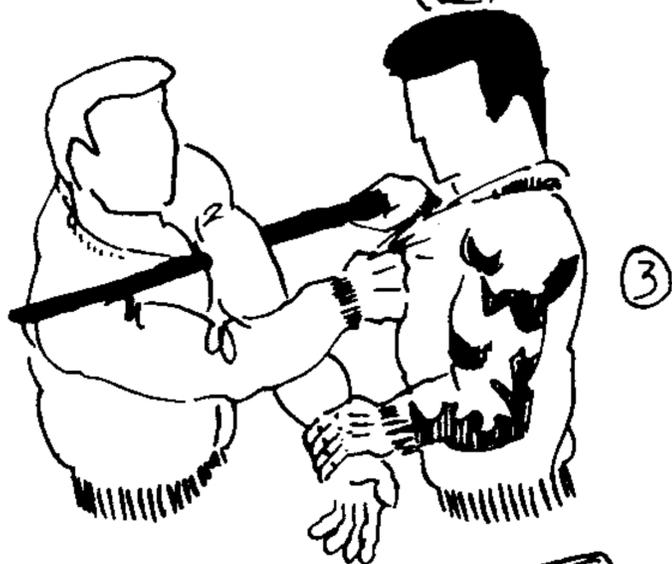
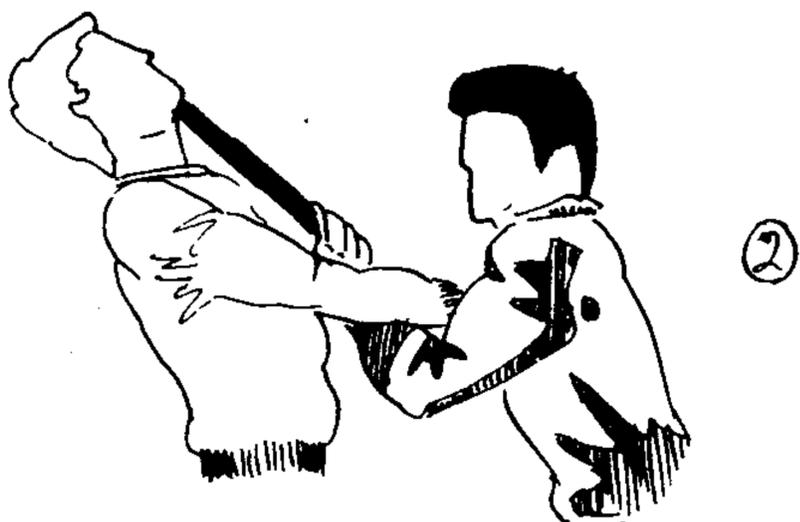


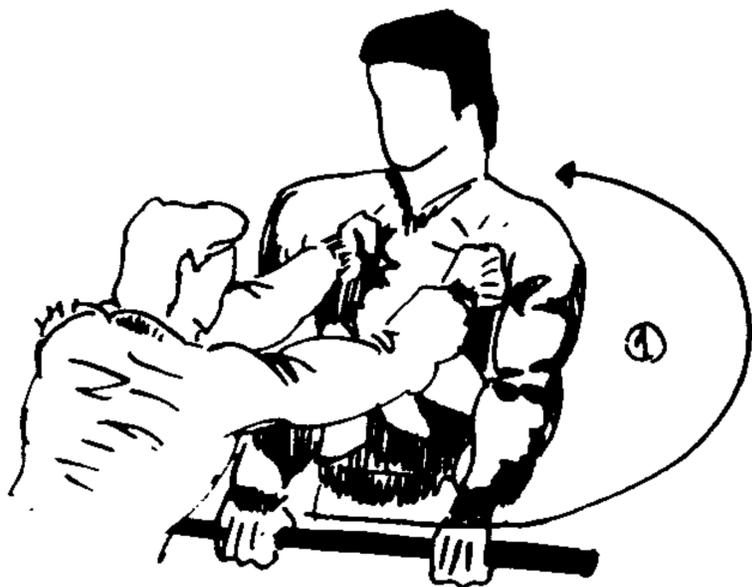


Soupeř vás uchopil za obě ruce (1). Nechte se klidně držet, jen levou rukou pusťte tyč a přehodte tyč přes křížící se ruce. (2). Uvolněná levá ruka chytí tyč podhmatem mimo ruce protivníka (3) a zatlačíte k zemi.

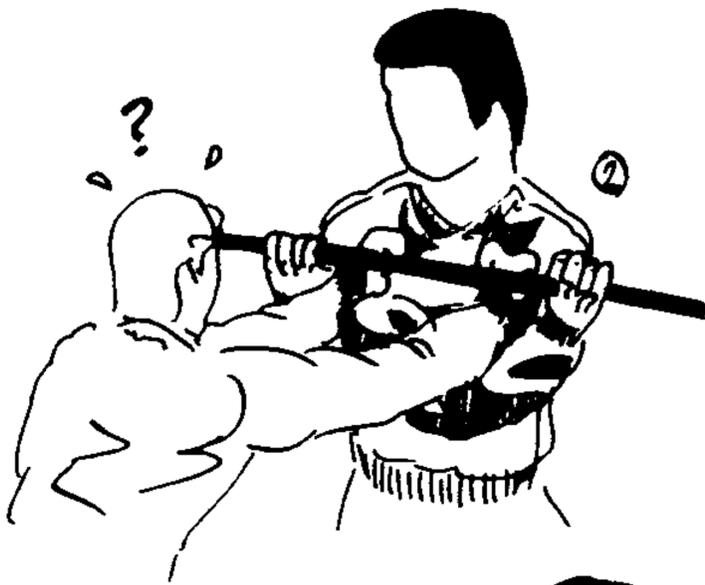


Protivník vás oběma rukama chytil za klopy (1). Vrazíte tyč mezi rukama levým koncem do brady (2), levou rukou přehmátnete na levou ruku protivníka (3), tyč provléknete a zapáčíte. Současně našlápnete pravou nohou mezi nohy protivníka a s páčením provedete poraz (4).

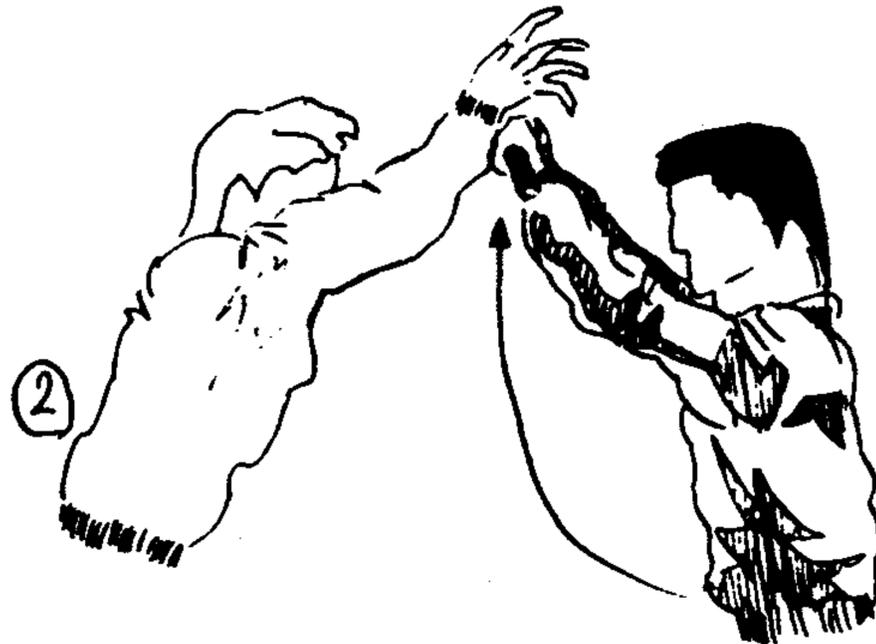
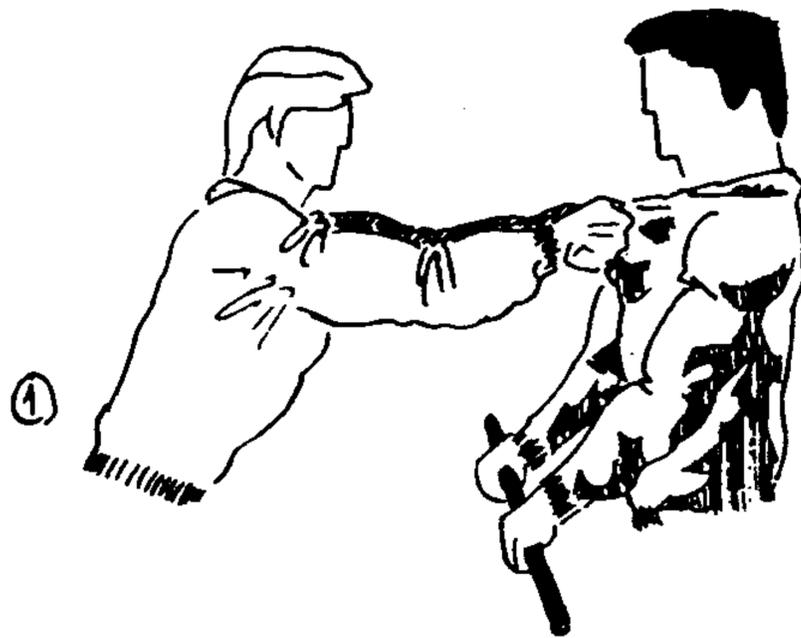


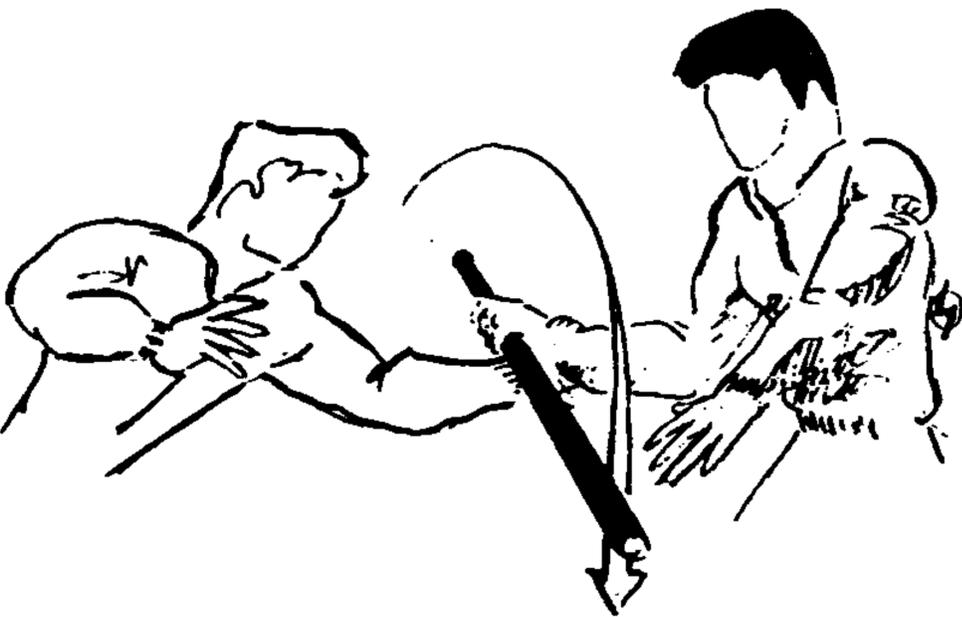
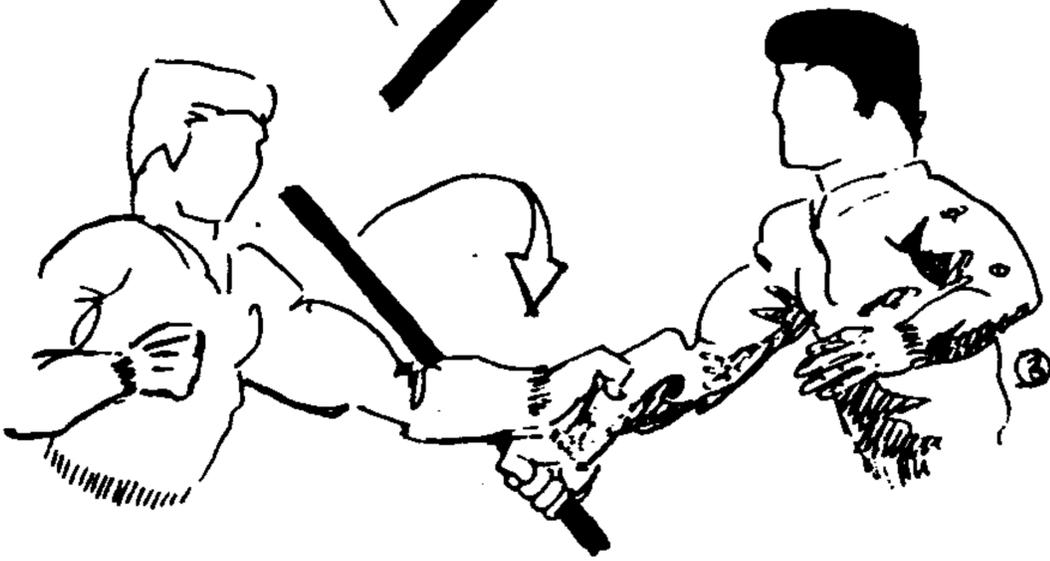
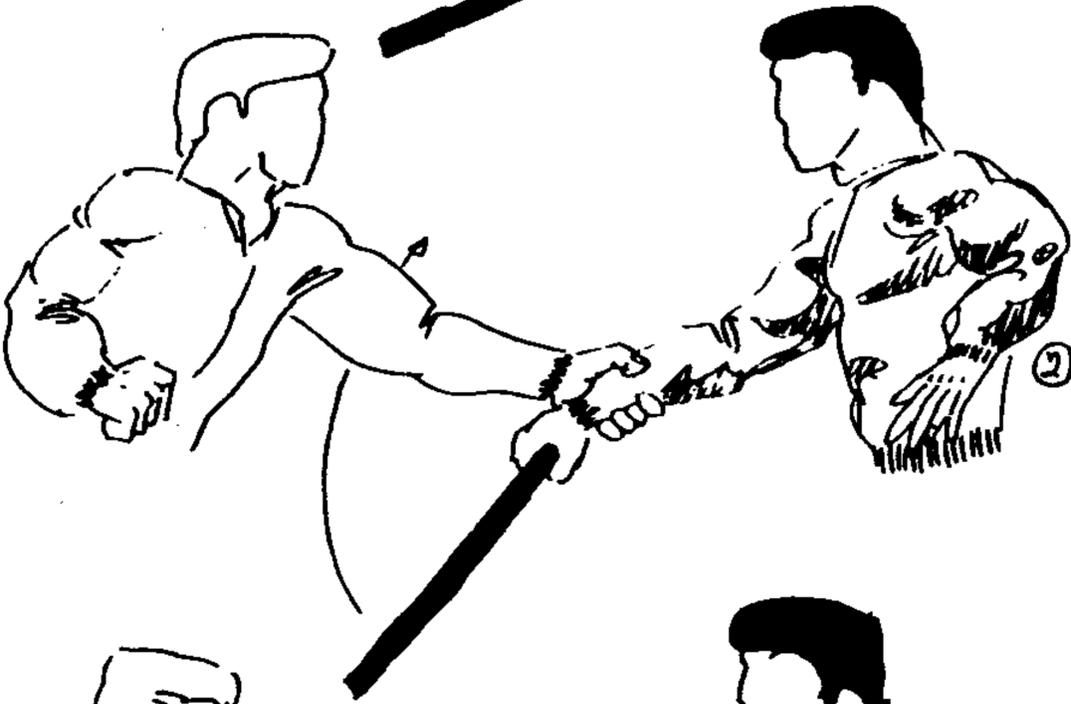
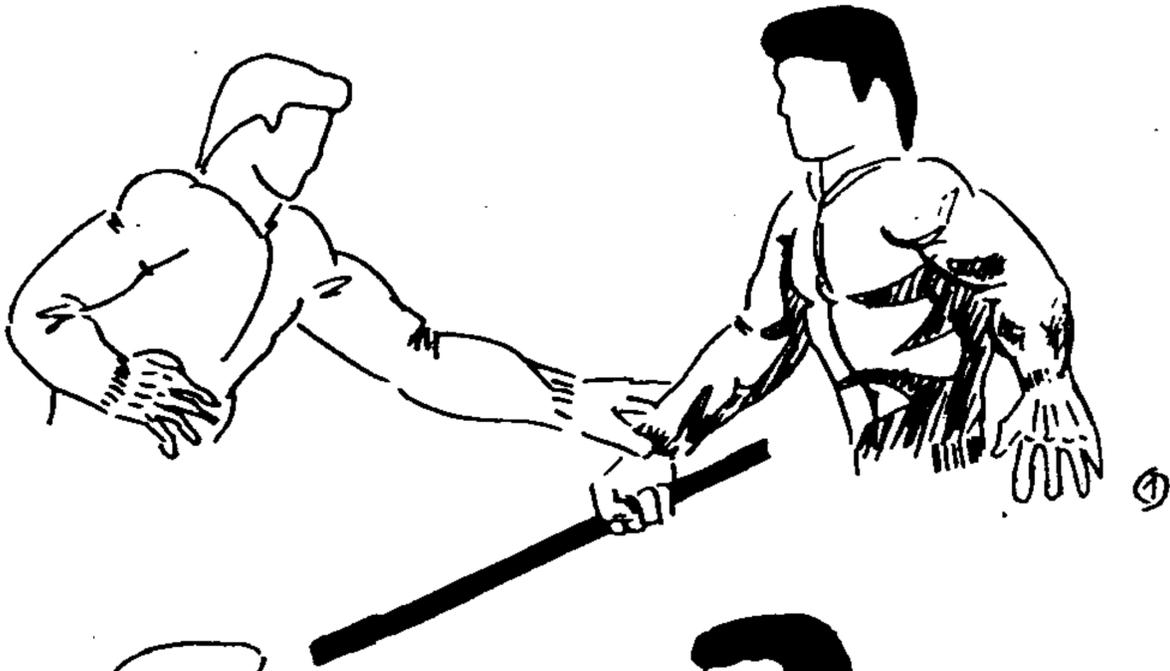


Protivník vás opětně chytí za klopy (1). Levá ruka pustí konec tyče, pravá křížem doleva tak, aby se tyč dostala přes držící ruce (2). Levá ruka se opět chytí konce tyče a pak stačí jen zapáčit dolů (3). Až dolů - tím vynikne volný prostor pro dokončení např. kopem (4).

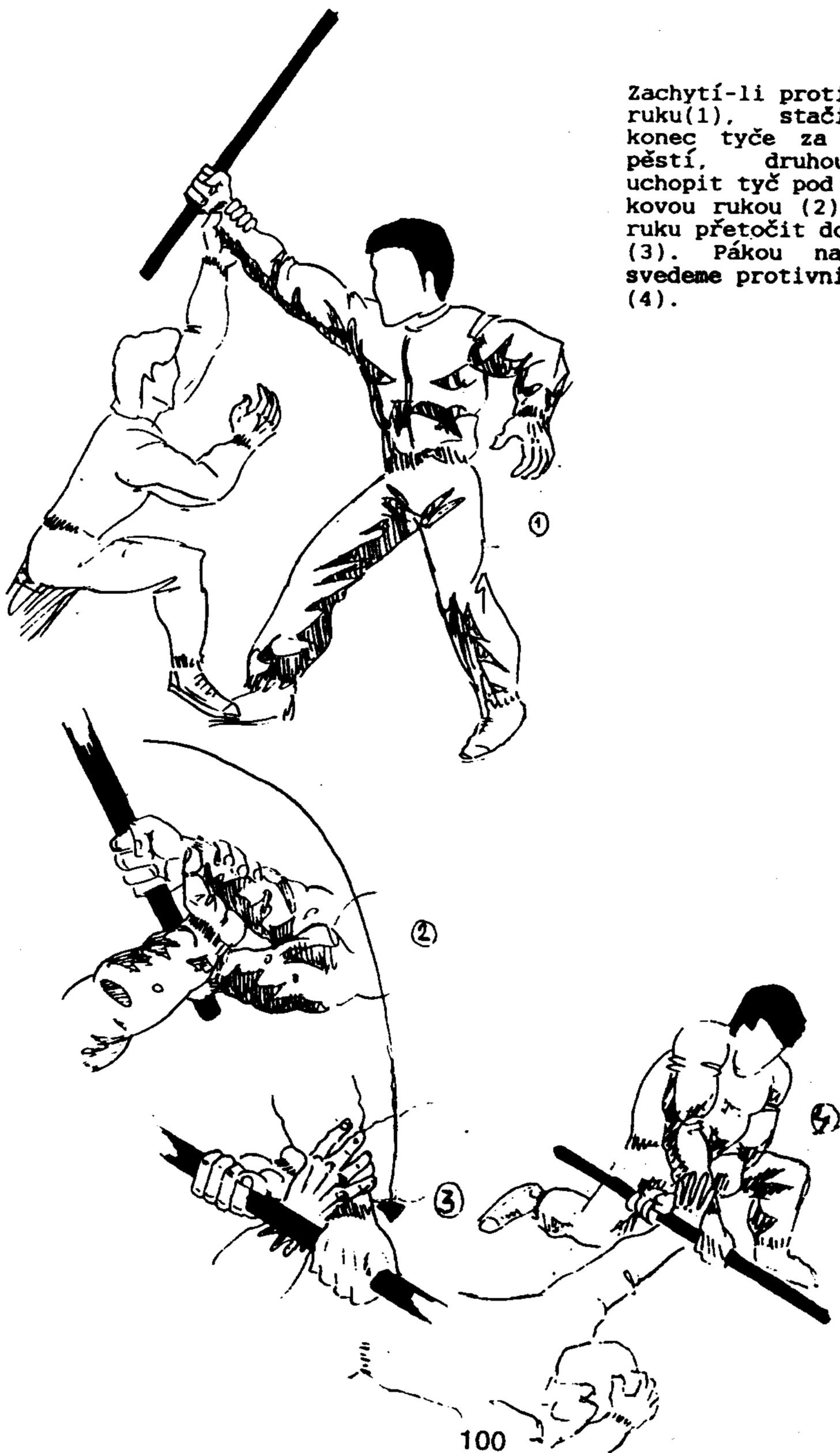


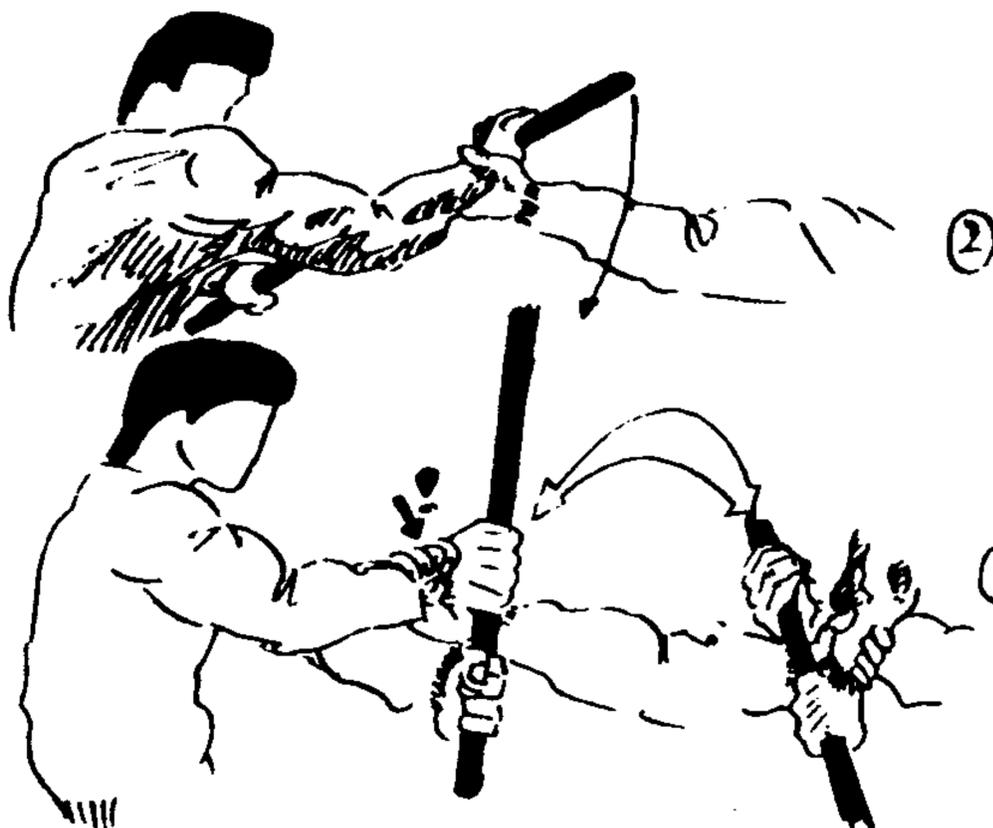
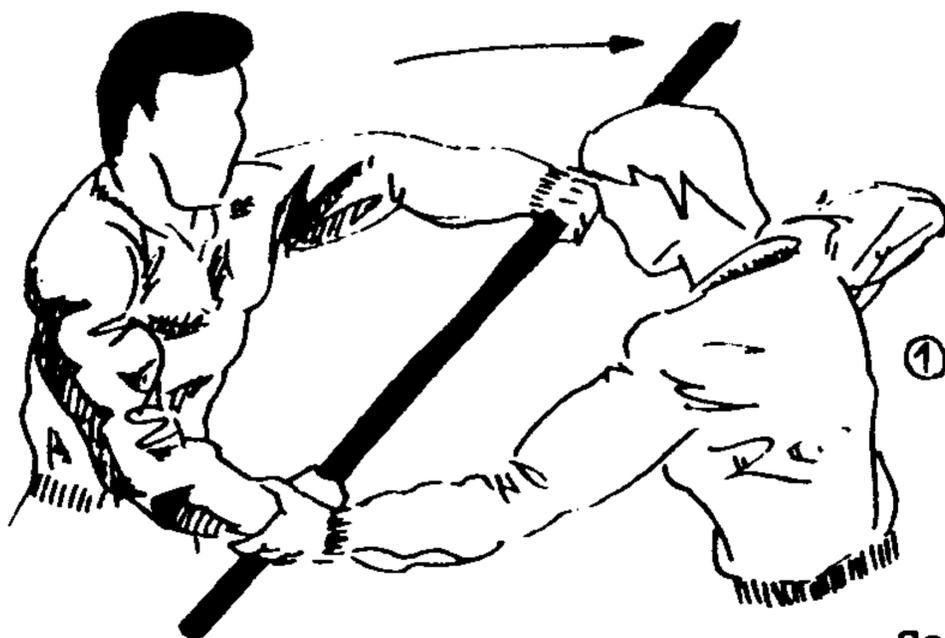
Pokrčit se a udeřit HANBO do zápěstí protivníkem a vyrazíte mu ruce do výšky. Bez přestávky v pohybu vrazíte HANBO obouruč do přední strany krku protivníka.





Zachytí-li protivník vaši ruku(1), stačí stočit konec tyče za jeho zápěstí, druhou rukou uchopit tyč pod protivníkovou rukou (2) a pravou rukou přetočit doleva dolů (3). Pákou na zápěstí svedeme protivníka na zem (4).





Soupeř uchopí vaši pravou ruku (1). Levým koncem tyče udeříme na spánek. Konec tyče přeložíme přes zápěstí (2), levá ruka pustí tyč a přehmátne pod soupeřovu ruku (3) tak, aby neměla nejmenší volnost. Pravou ruku stočíme doleva (4) a jedeme dolů i tělem. Levá ruka se uvolní a fixuje zápěstí, zatímco kolenem blokujeme celou ruku, pravá ruka s tyčí dokončuje úder (5).



