

ЧАСТЬ СЕДЬМАЯ

Свободный стиль

мульти-спарринга

I. Со Сэн (стадия формирования)

1) удар левой рукой в лицо удар правой рукой в живот

блок левой рукой-ножом вверх и вниз без перерыва
удар правой рукой в живот
удар правой рукой-крюком
положите свою правую руку на левую руку противника и левой рукой возьмитесь за голову
удар левым коленом в живот и бросать его вниз
его левую руку взять в замок

2) удар тыльной стороной левого кулака удар тыльной стороной правого кулака

блок правой рукой-ножом
блок левой рукой-ножом
удар правой рукой в живот
произвести удушающий удар правой рукой
произвести основную внешнюю подсечку
держите его правую руку
произвести «замок руки»

3) удар левой рукой в лицо удар правой рукой в живот

блок правой рукой
блок левой рукой
удар тыльной стороной правого кулака
удар правой рукой-крюком
взять за лицо левой рукой
удар правой рукой-ножом в шею
левой рукой обхватить его шею
произвести боковой бросок
произвести удушающий прием

II. Джан Сун (стадия роста)

4) прямой удар правой ногой удар правой рукой в лицо

прессовый блок левой рукой
блок и удар правой рукой-ножом
захватить его правую руку
поворотный удар правой ногой и далее
удар ногой «кабуто» (удар сзади)
произвести «Кани-басами» его правой ноги
бросить его вниз держа его за правую руку
поворотный удар левой ногой в лицо
душить за шею освобождая спину

5) удар правой рукой в лицо поворотный удар правой ногой

блок рукой-ножом наружу
придержать его удар ногой
тянуть его к себе
произвести толчок-удар левой ногой в его поддерживающую ногу и
тянуть его поближе к себе
захватить его щиколотку в замок своей левой ногой

6) боковой пронизывающий удар левой ногой удар тыльной стороной левой руки

блок вниз левой рукой
заблокировать его удар тыльной стороной кулака внутренним блоком
удар правой рукой в его бок
удар правой рукой-крюком
развернуться, взять его за левую руку
сбросить его вниз, производя «Кани-басами» в область живота
удар в лицо правым «Кабуто-отоши»
взять его левую руку в замок

III. Ван Сун (стадия завершения)

7) боковой пронизывающий удар левой ногой задний удар левой ногой

блокировать удар левой рукой
развернуться, удар правой рукой-молотом
удушающий удар правой рукой
уронить его вниз основной внешней подсечкой правой ногой
обхватить его за шею его же рукой
произвести удушающий прием

8) поворотный удар правой ногой поворотный удар левой ногой

блокировать руку-нож левой рукой
развернуться, поставив внутренний блок левой рукой
удар коленом, задний удар ногой
удар левой рукой, затем захватить его левую руку
толкать вниз обеими ногами
замок правой ногой

9) прямой удар левой ногой задний удар правой ногой

блокировать удар ногой отталкивающим ударом левой ноги
нижний удар правой ногой на внутреннюю сторону правого бедра
бросить его вниз придерживая его правую ногу левой ногой
удар правой рукой-молотом и затем
душить правой рукой