

## Die Achte Sektion Holzpuppe Chi Sao Anwendungen

3 A macht Pak Da, B lässt sich mit Tan wegtragen, und Tan Tritt. A wehrt mit Gam nach unten ab, B wechselt in Bong und Seitkick. Oder A wehrt den Kick mit Dschat ab und bringt dadurch B aus dem Gleichgewicht, dann B auch Wechsel in Bong und Seitkick.

4 Genauso auch wenn A den Angriff auf Bong macht, dann eben Bong und Seitkick.

5 A macht Zug wie in Modul 6, aber tiefen Angriff mit Schritt zur Seite. Dann B Abwehr mit kleben bleiben und Schere. A Abwehr Innenpak und Fak, B Abwehr unterer Arm rotiert, anderer Arm macht Umfak, der zu Lap innen wird und anderer Arm Gegenangriff. Den wehrt A mit Pak ab, macht mit der gegriffenen Hand Huen und greift wieder an. Das wird ein Drill. A geht bei seinem Angriff deutlich zu Seite und läuft so im Kreis.

6 Vereinfachter Drill nur mit Umfak. A macht von Innen den Zug wie 2. Sektion Biu Tze. Eine Hand zieht, die andere zerquetscht seine Pak Abwehr. B macht Umfak dagegen, mit der anderen Hand Huen und kann nur das gleiche machen. Man lässt sich hier mit dem Umfak treffen. Andere Abwehr gegen das Zerquetschen wäre Windmühle (= rotieren von Jam auf Bong) wie 5. Sektion HP. Andere Variante ist Umfak mit Bong im Ansatz verhindern.

7 Variante von Drill 5: A macht Zug wie in Modul 6, aber tiefen Angriff mit Schritt zur Seite. Dann B Abwehr mit kleben bleiben und Schere. A Abwehr Innenpak und Fak, B Abwehr unterer Arm rotiert, anderer Arm macht Umfak. Die Fak Sao Sao nach dem Umfak wird von B mit Jam und dann Dschat verhindert. A ist dadurch in Doppellan. B versucht doppelten Augenstich. A öffnet B mit Doppeltan, dann eine Hand Lap und die andere Fak, B dagegen Windmühle, der entstandene Bong wird von A eingedrückt, B macht dann Tan und greift und andere Hand Huen, Fak von innen. und Tan Hand greift mit Fak an. A gegen die Fak Pak und halten, andere Hand Huen und tiefer Angriff. Das wird ein Drill.

8 Drill von Nummer 7.

9 Drill ohne Erklärungen.

10 Vereinfachte Variante von Drill Nummer 7. A macht Zug wie in Modul 6, aber tiefen Angriff mit Schritt zur Seite. Dann B Abwehr mit kleben bleiben und Schere. A Abwehr Innenpak und Fak. Wird von B mit Doppeldschat verhindert. B versucht doppelten Augenstich. A öffnet B mit Doppeltan, dann eine Hand Lap und die andere Fak, B dagegen Windmühle. Der entstandene Bong wird von A eingedrückt, B macht dann Tan und greift und andere Hand Huen, Fak von innen. und Tan Hand greift mit Fak an. A gegen die Fak Pak und halten, andere Hand Huen und tiefer Angriff. Das wird ein Drill.

11 Erklärung zu Drill von Nummer 10.

12 Tiefer Bong vom Anfang der Form ist Notlösung wenn Arme unten.

13 Anwendung Kettentritt. Fauststoss wird mit Tan abgewehrt, Tan Tritt zum Bauch, Seitkick zum Knie, Yaii GerK, Stampftritt. Das Einhaken ist dann ein Fussfeiger nach aussen.

14 Bong und Tan Tritt auch fegend zum Gleichgewicht brechen.

15 Doppelzug und Tritt auf diagonales Bein

- 16 Abwehr dagegen mit anderem Bein und Konter Seitkick.
- 17 Bein wird gefangen: Fesselung seines Armes mit meinem Knie.
- 18 Kettentritt Rundkick von hinten um das Knie zu beugen, dann Seitkick.
- 19 Trittabwehr aus Poon mit ziehendem Bein und Zug oben.
- 20 Nach wirkungslosem Tritt Kniestoss mit anderem Bein. Gegen Kreuzschritt das Spielbein noch mit eigenem Tritt vor dem Absetzten langziehen, damit A zu breit landet und wehrlos ist.
- 21 Mehr vom gleichem wie 20. Das Bein von A zweimal lang ziehen.
- 22 Erklärung
- 23 Zug und Tritt beugt Angreifer für K.O., oder mit Seitkick als Takedown nachsetzen.
- 24 Tritt aufs Knie ist eigentlich final.
- 25 Übung für das Timing zum Gleichgewichtbrechen.
- 26 Gum Sao kann Trittabwehr wie Dschat sein. Oder auch einen Fauststoss unter dem gegnerischen Arm durch mit Dschat am oberen Arm abwehren.
- 27 Beispiel für Nummer 26
- 28 Form von vorne.
- 29 Erklärung zu den Tritten. Immer Bong oder Tan Stellung möglich.
- 30 Form seitlich.
- 31 Form von hinten.