

# DAGA SA DAGA



Удары (прямой и обратный хват)	Блоки
<p><b>Порез</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сверху</li> <li>- вовнутрь (вниз, вверх, горизонтальный)</li> <li>- наружу (вниз, вверх, горизонтальный)</li> <li>- вверх</li> </ul> <p><b>Тычок</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- вовнутрь</li> <li>- наружу</li> <li>- прямой</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- верхний перекрестный</li> <li>- нижний перекрестный</li> <li>- вовнутрь</li> <li>- наружу</li> </ul>
Связки ударов	Системы
<ul style="list-style-type: none"> <li>8 ударов прямым хватом</li> <li>8 ударов обратным хватом</li> <li>12 ударов прямым хватом</li> <li>12 ударов обратным хватом</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>System 1 (остановка и контроль)</li> <li>System 2 (разрушение и контроль)</li> <li>System 3 (парализация и контроль атака)</li> <li>System 4 (остановка и контроль, обезоруживание и атака)</li> <li>System 5 (остановка, перенаправление, атака)</li> <li>System 6 (палис стиль)</li> <li>System 7 (добле дага)</li> </ul>

## Порядок изучения базовой техники и системы дага са дага

уровень	Базовые удары и блоки	Система	Выполнение	Варианты выполнения
Level 5	<b>8 ударов прямым хватом</b> 1- порез сверху 2- порез вовнутрь 3- порез наруж 4- порез вовнутрь снизу 5- порез наружу снизу 6- тычок вовнутрь 7- тычок наружу 8- тычок прямой	<b>System 1</b> Блок порезом с захватом (остановка и контроль)	Блок клинком (порез) с одновременным захватом ударной руки и атка	Прямым хватом
Level 6		<b>System 2</b> Блок тычком с захватом (разрушение и контроль)	Тычок в ударную руку с одновременным захватом и атака	1-2 система прямым хватом
Level 7	<b>8 ударов обратным хватом</b> 1- порез сверху 2- порез вовнутрь 3- порез наружу 4- порез вовнутрь снизу 5- порез наружу снизу 6- тычок вовнутрь 7- тычок наружу 8- тычок прямой	<b>System 3</b> Ударный блок с захватом и атака. (парализация, контроль и атака)	Ударный блок в атакующую руку плашмя клинком или пунье с одновременным захватом и атака	Выполнение 1-2-3 системы прямым и обратным хватом
Level 8		<b>System 4</b> Блок порезом с захватом и выбивание ножа с атакой (остановка и контроль, обезоруживание и атака)	Блок порезом ударной руки с одновременным захватом и обезоруживание ударом в кисть клинком или пунье с последующей атакой	Выполнение 1-2-3-4 системы прямым и обратным хватом

уровень	Базовые удары и блоки	Система	Выполнение	Варианты выполнения	Балисонг
Level 9	<p><b>12 ударов с накладкой рукой и тычком/порезом</b></p> <p>1- порез вовнутрь вниз/накладка/тычок  2- порез наружу вниз/накладка/тычок  3- порез вовнутрь горизонтальный/накладка/тычок  4- порез наружу горизонтальный/накладка/тычок  5- тычок прямой/накладка/тычок вверх  6- тычок вовнутрь вниз/порез вниз/тычок  7- тычок наружу вниз/порез вниз/тычок  8- порез вовнутрь снизу/накладка/тычок  9- порез наружу снизу/накладка/тычок  10- тычок вовнутрь/порез вниз/тычок  11- тычок наружу/порез вниз/тычок  12- порез вниз/накладка/тычок/удар пунье</p>				
Level 10	<p><b>12 ударов обратным хватом с накладкой и тычком/порезом</b></p> <p>1- порез вовнутрь вниз/накладка/тычок  2- порез наружу вниз/накладка/тычок  3- порез вовнутрь горизонтальный/накладка/тычок  4- порез наружу горизонтальный/накладка/тычок  5- тычок прямой/накладка/тычок вверх  6- тычок вовнутрь вниз/порез вниз/тычок  7- тычок наружу вниз/порез вниз/тычок  8- порез вовнутрь снизу/накладка/тычок  9- порез наружу снизу/накладка/тычок  10- тычок вовнутрь/порез вниз/тычок  11- тычок наружу/порез вниз/тычок  12- порез вниз/накладка/тычок/удар пунье</p>	<p><b>System 5</b></p> <p>Блок обратным хватом с перехватом клинком и атакой (остановка, перенаправление, атака)</p>	<p>Остановка удара ножом с обратным хватом. Прихват руки лезвием и перенаправление с последующей атакой</p>	<p>Обратным хватом</p>	<p>Фронтальный круг под правую и левую руку</p>

Lakan 1		<b>System 6</b> Палис стиль	Блокировка перенаправлением по ходу атаки.	Прямой хват	Горизонтальный круг под правую и левую руку
Lakan 2		<b>System 7</b> Блокировка и атака двумя ножами	Базовый блок и базовая атака	Прямой, прямой хват	Переход с прямого на обратный хват
Lakan 3		<b>System 7</b> Блокировка и атака двумя ножами	Базовый блок и базовая атака	Прямой, обратный хват	Комбинации открытия и закрытия в различных плоскостях