

# LEVEL 6



## SOLO BASTON

<b>Базовые блоки и удары</b>	<b>5 ударов палис стиль</b> - вовнутрь секущий вниз - наружу секущий вниз - вовнутрь секущий вверх - наружу секущий вверх - прямой тычок <b>4 блока палис стиль</b>
<b>применение</b>	Выполнение базовых палис блоков с контратакой в комбинациях ударов на месте и в движении (базовыми ударами, абанико, доблете, доблада, банда и банда)
<b>обезоруживание</b>	<b>System 5.</b> Блокировка ударным блоком с захватом и вырывание бастона выкручивая назад
<b>Полицейская техника</b>	Против перекрестного захвата бастона одной рукой

## DOUBLE BASTON

<b>синавали</b>	- одиночная кросс - одиночная кросс с петлей - сложная одиночная кросс - сложная одиночная кросс с петлей - редонда (базовая с доблете)
<b>Комбинации ударов</b>	20 базовых ударов
<b>система блоков и атак</b>	<b>System 3.</b> Прямой блок + удар и удар
<b>применение</b>	- абанико/доблада - абанико/доблете
<b>форма</b>	Аньо иса комбатан добле бастон

## MANO-MANO

<b>Базовые удары и блоки</b>	<b>Ногами:</b> - круговой в прыжке - боковой в прыжке
<b>блокировки и атаки</b>	<b>System 3.</b> блокировка ногой + атака (разрушение и контроль)

## DUMOG

<b>Базовые броски и заломы</b>	<b>Броски:</b> - через бедро и варианты <b>Заломы:</b> - с воздействием на шею (выкручивание)
--------------------------------	--

## DAGA SA DAGA

<b>Системы защиты и контратаки</b>	<b>System 2.</b> Блок тычком с захватом (разрушение и контроль)
------------------------------------	---

## PALIT-PALIT

<b>Соло бастон</b>	8 углов в движении с блоками свободной рукой и изменением ЦТ (мидла и корто)
<b>Добле бастон</b>	8 углов в движении (ларго) с изменением ЦТ в двойной атаке
<b>Мано-мано</b>	Длинные и короткие рукой и ногой. Двойные атаки
<b>Дага са дага</b>	<b>System 2.</b> прямым хватом