

# PROGRAMMA D'ESAME 10° KAN ISTRUTTORE

## TECNICHE BASE DI HANUMAN

**TECNICHE DI DIFESA:** tutte le precedenti **WAO PANLAK**.

**WIANG:** Tutte le precedenti con **LER DRIT** e **HANUMAN**

**TECNICHE DI VUOTO:** **IAN TAO** Vuoto  
Forma base con sequenza delle difese delle **MAE MAI MUAY THAI**.

**POTENZIAMENTO:** Progressi nella potenza delle tecniche d'esame, differenti usi degli attrezzi **PAO, FOCUS GLOVES, CUSCINO, SACCO** per lo sviluppo delle tecniche nella loro esplosività e/o della velocità e/o della potenza e/o del **FORCING**.

**LENCHERN:** Esercizi di finta ed illusione dell'avversario.

**KON MUAY KEE:** Combinazioni di attacco e difesa con le tecniche base e le difese studiate nel programma .combinazioni di tutte le **MAE MAI** precedenti più **VIROON HOK GLAB, DUB CHAWALA, KHUN YAK JUB LING, HAK KOR ERAWAN**, conoscenza delle 15 look mai, le 11 combinazioni di **THREE STEPS SPARRING SET**, le 4 combinazioni devastanti.

**CHAP-KO/WIANG:** Progressi nelle tecniche di lotta e proiezioni **GRAPPLING**.

Concetto di visione periferica, il supporto dell'atleta e le tradizioni **MAESTRO/ALLIEVO**, differenti regolamenti negli incontri di **MUAY THAI** nel mondo e differenze tra le varie discipline affini, arbitraggio.

**RAM MUAY:** Forma scolastica antica, completa.