

## PROGRAMMA D'ESAME 6°KAN



<b>TECNICHE DI PUGNO:</b>	<b>PAKSA</b>	Uso dell'avambraccio come percossa.
<b>TECNICHE DI GOMITO:</b>	<b>SOK SAB</b>	Gomitata discendente
<b>TECN. DI GINOCCHIO:</b>	<b>KAO LA</b>	Ginocchiata
<b>TECNICHE DI CALCIO:</b>	<b>TIP KAANG</b>	Calcio laterale
<b>DIFESE :</b>	<b>KAN KAO</b>	Difese da ginocchio
<b>WIANG:</b>	<b>KUM YAK PANANG</b>	<b>3° LOOK MAI</b> Il gigante rapisce la fanciulla (Proiezioni sulle ginocchiate in fase di clinch)
<b>TECNICHE DI VUOTO:</b>	<b>IAN TAO</b> <b>TAE ARM TAP</b> <b>MAH YONG</b> <b>PASSO A ZIG ZAG</b>	Vuoto Il passo del guerriero Il passo del cavallo
<b>POTENZIAMENTO:</b>		Uso del cuscino colpitore, progressi nella potenza delle Tecniche studiate
<b>LENCHERN:</b>		Progressione e sviluppo del timing negli esercizi di <b>SPARRING CONDIZIONATO.</b>
<b>KON MUAY KEE:</b>		Combinazioni di attacco e difesa con le tecniche base e le difese studiate nel programma , combinazione delle prime otto <b>MAE MAI LOOK MAI</b>
<b>CHAP-KO/WIANG:</b>		Progressi nelle tecniche di lotta e proiezioni.
<b>CENNI DI PRIMO SOCCORSO</b>		
<b>RAM MUAY:</b>		Studio dei passaggi di <b>HANUMAN</b> nelle danze rituali.