

1ª KATA
DEFENSA SEMIRIGIDA



1ª KATA

DEFENSA SEMIRIGIDA

Esta Kata es un estudio de la **DEFENSA POLICIAL SEMIRIGIDA** y las distintas técnicas aplicables ante situaciones concretas de la Operativa con este útil Policial.



CEREMONIA DE APERTURA

La entrada se efectuará de forma que **Tori** entrará por la izquierda del Tribunal y **Uke** por la derecha del mismo.

TORI llevará una DEFENSA POLICIAL SEMIRIGIDA y en un TAHALÍ que estará en el lado izquierdo.

UKE llevará un cuchillo y dos Kalis en la mano derecha y a la altura del cinturón

Realizarán un saludo de pie al Tribunal, y fuera de la zona roja.

Tori y **Uke** se aproximarán hasta unos seis metros uno del otro, en donde se efectuará el saludo de rodillas.

Efectuado el saludo, se levantan y mientras **Tori** permanece de pie, **Uke** se desplazará a la zona de armas con el fin de dejar el cuchillo con la mano izquierda, para lo cual se arrodillará en el tatami, y lo colocará de forma que la punta y el filo no estén hacia el Tribunal, en la mano derecha mantendrá los dos Kalis a la altura del cinturón.

Posteriormente se levantará y se girarán, de forma que nunca darán la espalda al Tribunal, (seis metros). A continuación, se procederá a abrir la

1ª KATA DEFENSA SEMIRIGIDA

Kata (izquierda-derecha), para aproximarse hasta la zona central en donde se desarrollarán todos los movimientos básicos.

Durante el desarrollo de la Kata, nunca se desplazarán hacia atrás para llegar a sus posiciones de partida.



1º GRUPO

Tori al aproximarse extraerá La DEFENSA SEMIRIGIDA con la mano derecha, en extracción cruzada para REALIZAR un empuñamiento doble

Uke con dos Kalis en las manos se aproxima a Tori. Cuando está próximo a Tori realizará

CIELO SEIS.- Atacando a Tori de forma lineal. Tori se defiende con su DEFENSA SEMIRIGIDA en empuñamiento doble. Se realizaran dos movimientos completos. Una vez terminado, Tori y Uke vuelven a su posición original

ESTÁNDAR SEIS.- Atacando a Tori de forma lineal. Tori se defiende con su DEFENSA SEMIRIGIDA en Empuñamiento doble Se realizaran dos movimientos completos. Una vez terminado, Tori y Uke vuelven a su posición original

COMBINACION. Atacando a Tori de forma lineal. Tori se defiende con su DEFENSA SEMIRIGIDA en Empuñamiento doble. Se realizaran dos movimientos completos. Una vez terminado, Tori y Uke vuelven a su posición original

1ª KATA

DEFENSA SEMIRIGIDA

Una vez terminado, Tori recoge la defensa y la coloca en su funda.

Tori se desplazará hacia la **zona de armas** con el fin de arreglar la Kurka

Uke se desplaza con el fin de dejar los dos Kalis, para lo cual se arrodilla en el Tatami. Una vez ha terminado se levantará y se aproximan a la zona de combate

Tori al aproximarse extraerá La Defensa con la mano derecha, en extracción cruzada para extenderlo en esa misma acción.

TORI REALIZA UN EMPUÑAMIENTO DOBLE para golpear con la punta en el estómago y realizar una **conducción por la muñeca** izquierda en dirección hacia el Tribunal. Tras dos pasos Uke abandona. Tori y Uke vuelven a sus puestos.

TORI REALIZA UN EMPUÑAMIENTO DOBLE para realizar un golpe de distracción con la punta al estómago de Uke y realizar un **control-presión al Tríceps** izquierdo hacia el suelo direccionándolo al Tribunal. Uke abandona.

1ª KATA DEFENSA SEMIRIGIDA

TORI REALIZA UN EMPUÑAMIENTO DOBLE para realizar un golpe de distracción al estómago para realizar un **control-conducción al brazo** izquierdo. Uke abandona.

Una vez terminado, Tori recoge la Defensa Policial Semirrigida y lo coloca en su funda.

Tori y Uke se desplazarían hacia sus **zonas de armas** con el fin de colocarse la Kurka, para posteriormente girarse y regresar al **centro**.

Tori al aproximarse extraerá la Defensa Policial Semirrigida con la mano derecha, en extracción cruzada.

1. DEFENSA ANTE AGARRE MUÑECA DERECHA CON MANO DERECHA

Tori realiza un Sankyo para realizar una conducción por el hombro en dirección al Tribunal. Uke abandona.

2. DEFENSA ANTE AGARRE MUÑECA DERECHA CON LA MANO IZQUIERDA

1ª KATA

DEFENSA SEMIRIGIDA

Tori realiza una suelta básica para proceder a realizar una conducción en violín. Uke abandona al segundo paso

3. DEFENSA ANTE AGARRE MUÑECA DERECHA CON LA MANO IZQUIERDA

Tori realizará Sihonage con apoyo de la Defensa Policial.

Una vez terminado, Tori coloca en su funda la Defensa .

Tori y Uke se desplazarán hacia sus **zonas de armas**, con el fin de colocarse la Kurka, y al llegar se girarán para regresar al **centro**.

4º GRUPO

Tori al aproximarse extraerá la Defensa Policial Semirígida con la mano derecha, en extracción cruzada.

1. RESOLUCION ANTE AGARRE SOLAPA DERECHA

Tori aplicará la Defensa Policial Semirígida. en el Radio de la muñeca izquierda de Uke. Uke cae de espaldas.

2. RESOLUCION ANTE AGARRE SOLAPA IZQUIERDA

1ª KATA

DEFENSA SEMIRIGIDA

Tori aplicará la Defensa Policial Semirígida. en la Apófisis Cubital para reducirlo al suelo. Uke de cúbito prono abandona.

3. RESOLUCION ANTE AGARRE DOBLE DE CUELLO

Tori en EMPUÑAMIENTO CORTO, golpeará con el Talón en el estómago, para proyectarle con Morote Seoi Nage.

Una vez terminado, Tori coloca en su funda la Defensa Policial Semirígida

Tori y Uke se desplazarán hacia sus **zonas de armas**, con el fin de colocarse la Kurka, y al llegar se girarán para regresar al **centro**.

Tori al aproximarse extraerá la Defensa Policial Semirígida con la mano derecha, en extracción cruzada .

1ª KATA

DEFENSA SEMIRIGIDA

1. UKE GOLPEA CON EL PUÑO DERECHO LA CARA DE TORI.-Uke

golpea avanzando el pie derecho.

Tori con la Defensa Policial Semirígida. en Empuñamiento doble bloqueará el puño de Uke por el exterior a la vez que realiza un control de clavícula para proyectar a Uke de espaldas

2. UKE REALIZA UN PUÑETAZO CIRCULAR A LA CARA DE TORI

Tori con Empuñamiento corto y desplazándose en dirección a Uke y controlando La mano y la inercia de este, colocará la Defensa Policial Semirígida en el cuello para proyectarlo al suelo.

3. UKE REALIZA MAE GERI A TORI

Tori con Empuñamiento doble bloqueará a Uke en la Tibia por el exterior, para controlarlo por la Clavícula y proyectarle al suelo de espaldas.

Una vez terminado, Tori coloca en su tahalí la Defensa Policial Semirígida.

Tori se desplazará hacia sus **zonas de armas**, con el fin de colocarse la Kurka, y al llegar se girarán para esperar a que Uke recoja su cuchillo.

Uke se arrodilla completamente para colocarse el cuchillo en el interior de la Kurka

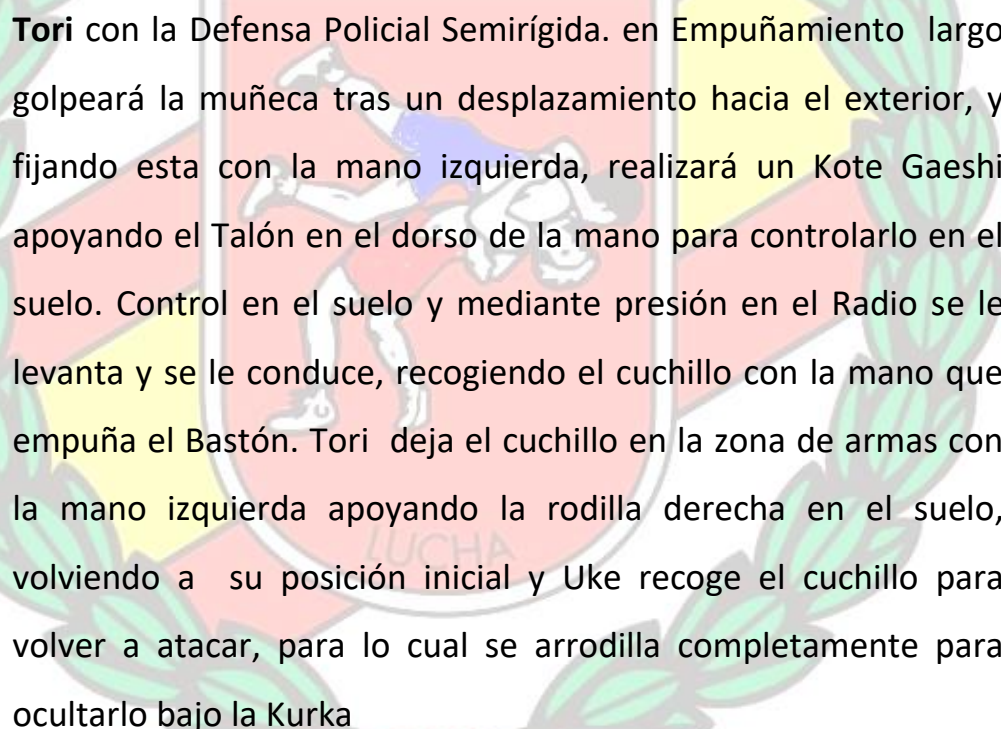
1ª KATA DEFENSA SEMIRIGIDA

6º GRUPO

Tori al aproximarse extraerá la Defensa Policial Semirígida con la mano derecha, en extracción cruzada.

Uke llevará el cuchillo oculto en el interior de la Kurka.

1. **UKE REALIZA UNA ESTOCADA FRONTAL** con la mano derecha, adelantando a la vez su pie derecho.



Tori con la Defensa Policial Semirígida. en Empuñamiento largo golpeará la muñeca tras un desplazamiento hacia el exterior, y fijando esta con la mano izquierda, realizará un Kote Gaeshi apoyando el Talón en el dorso de la mano para controlarlo en el suelo. Control en el suelo y mediante presión en el Radio se le levanta y se le conduce, recogiendo el cuchillo con la mano que empuña el Bastón. Tori deja el cuchillo en la zona de armas con la mano izquierda apoyando la rodilla derecha en el suelo, volviendo a su posición inicial y Uke recoge el cuchillo para volver a atacar, para lo cual se arrodilla completamente para ocultarlo bajo la Kurka

2. **UKE REALIZARA UNA PUÑALADA DESCENDENTE** con la mano derecha, adelantando su pie derecho.

1ª KATA

DEFENSA SEMIRIGIDA

Tori con la Defensa Policial Semirígida en Empuñamiento doble bloquea en recorrido descendente por el exterior. Soltado la punta de la Defensa Policial Semirígida, se coge la muñeca de Uke, y desplazando la Defensa Policial Semirígida por el brazo, coloca la punta en la muñeca de Tori, y así realizar un Ude Garami, proyectándole al suelo. El cuchillo cae al suelo. Uke lo recoge del suelo apoyando la rodilla derecha en el suelo para volverlo a ocultar bajo la Kurka.

3. UKE REALIZARA UNA PUÑALADA ASCENDENTE con la mano derecha adelantando el pie derecho.

Tori con la Defensa Policial Semirígida en Empuñamiento doble bloquea el ataque a la altura del Radio y próximo a la mano izquierda, por lo que se realiza Sihonage, para controlarlo en el suelo y posteriormente conducirlo fuera de la zona de trabajo mediante en principio una conducción por la muñeca, pasando a un Control-condución por el brazo, recogiendo el cuchillo y depositarlo en la zona de armas de Uke una vez se ha soltado a este. Para dejar el cuchillo en el suelo es necesario Tori apoyará la rodilla derecha en el suelo, cogiendo el cuchillo con la mano izquierda, ya que en la derecha lleva el Bastón Policial Extensible

CEREMONIA DE CIERRE

1ª KATA

DEFENSA SEMIRIGIDA

Una vez terminado este último movimiento, Tori coloca en su Tahái la Defensa Policial Semirígida . Mientras va a su posición inicial se va arreglando la Kurka y se gira con el fin de esperar a que Uke termine

- Uke irá a **recoger los palos y el cuchillo** arrodillandose completamente para a continuación levantarse y colocarse en su posición
- **Cerrar la Kata** (primero atrasarán el pie derecho, y después el izquierdo) para quedar a la distancia inicial del comienzo. Desde la posición de firmes, pasarán a
- **Saludarse en el suelo**, para lo cual, apoyarán primero la rodilla izquierda, y después la derecha dejando los palos junto a la rodilla derecha.
- Una vez realizado el saludo, se levantarán, primero con la rodilla derecha y después con la izquierda, para pasar a
- **Saludar al Tribunal** (desde esa misma posición de pie). Para salir, deberán desplazarse hacia atrás, de forma que no den la espalda al Tribunal.

EL AUTOR.- JOSE MARIA BENITO GARCIA.- *Maestro y Cinturón rojo decimo Dan de Defensa Personal Policial , noveno Dan de Sambo-Defensa Personal, 8º Dan de Jiu Jitsu, Defensa Personal Femenina, Kobudo y Kobudo Policial, Sexto Dan de Judo y Defensa Personal,.- Campeón de España Absoluto de Sambo-Defensa Personal y Judo.-.*