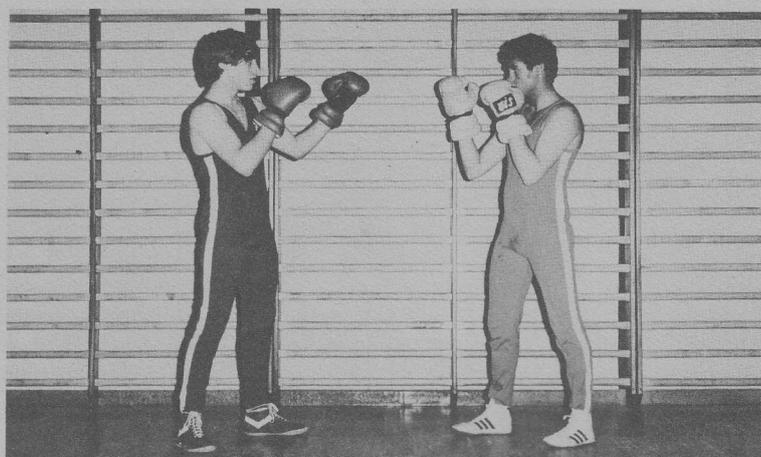


Sur attaque fouetté bas exté

Position en fausse garde

Le tireur en tenue foncée :
est en garde à gauche et sera l'attaquant, avec des fouettés bas
de la jambe avant.



Le tireur en tenue claire :
est en garde à droite et sera le défenseur.

Sur l'Attaque fouetté bas extérieur, Parade amortie

Le tireur en tenue foncée :
attaque en fouetté bas au niveau du creux
poplité (creux derrière le genou),
jambe de frappe tendue.
jambe d'appui semi-fléchie.
Bras protecteur et équilibrateur en place.
L'attaque se fait soit :
● de la jambe arrière même garde.
● de la jambe avant fausse garde.



Le tireur en tenue claire :
amortit la frappe par une légère flexion du
genou (le talon se décolle du sol).
Le haut du corps reste en position de
garde.

ur, parade amortie, ripostes fouettés jambe arrière

Riposte fouetté bas

Le Tireur en tenue foncée :
est revenu en position armée après le
fouetté bas d'attaque

- bras équilibrateur vers le haut
- bras protecteur au corps
- jambe de frappe revenue en position armée (talon-fesse)
- jambe d'appui tendue.



Le Tireur en tenue claire :
riposte en fouetté bas de la jambe arrière
par un pivot sur la jambe avant (droite)

- bras équilibrateur vers le haut
 - bras protecteur au corps
 - jambe d'appui semi-fléchie
 - jambe de frappe tendue, pied en extension
- l'impact se situe soit : au niveau
cheville, tibia, ou cuisse
- pied d'appui ouvert.

Riposte fouetté médian

Le Tireur en tenue foncée :
est revenu en position armée comme ci-
dessus.



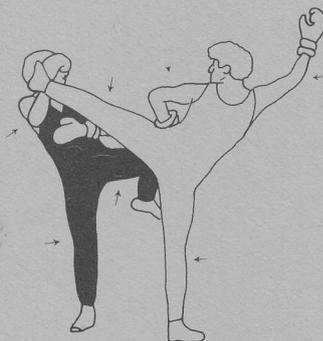
Le Tireur en tenue claire :
riposte en fouetté médian de la jambe
arrière

- bras équilibrateur vers le haut
 - bras protecteur au corps
 - jambe d'appui tendue
 - pied d'appui ouvert
 - jambe de frappe tendue
- l'impact se situe en ligne médiane :
soit : au niveau du foie
soit : au niveau du plexus suivant la
distance.

Riposte fouetté figure

Le Tireur en tenue foncée :
est revenu en position armée comme ci-
dessus

- le bras équilibrateur est descendu en
protection figure.



Le Tireur en tenue claire :
riposte en fouetté figure de la jambe
arrière

- bras équilibrateur vers le haut
- bras protecteur légèrement décollé
pour permettre la montée de la jambe
- jambe d'appui tendue
- pied d'appui ouvert
- jambe de frappe tendue, pied en
extension.

Pour que ce type de riposte soit efficace, il faut que son exécution complète se fasse dans le temps du retour armé fouetté de l'attaquant.