

5---TECHNIQUES DE BASE : DE SABRE

1/ COUPE VERTICALE : Position dinh-tan gauche, déplacement en Lap-tan le sabre passe autour de la tête et coupe du haut vers le bas avec bras tendu en dinh-tan droit.
Mêmes déplacements coté gauche. (sabre tenu à deux mains).

2/ COUPE LATÉRALE : Déplacement en dinh-tan droit et coupe latérale ; bras écartés.
Retour bras fermés, le bras gauche vient bloquer le bras tendu.

3/ COUPE CIRCULAIRE : Moulinets bras tendus du bas vers le haut, sur place où en avançant.

4/ COUPE DU HAUT VERS LE BAS : (sabre tenu à une main).

Déplacement en dinh-tan droit et coupe du haut vers le bas :
A droite, avec bras tendu et bras gauche en blocage.
A gauche, pour le retour bras droit tendu, et poing gauche fermé à la taille

5/ COUPE CIRCULAIRE, de l'arrière vers l'avant et inversement bras légèrement pliés, comme pour la fin du Quyên.

PALAISEAU : LE 09/11/2004 MAÎTRE DAO