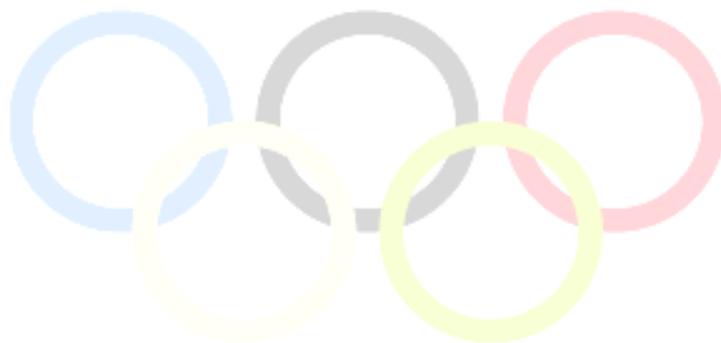




**PROGRAMA
DE BASTON POLICIAL EXTENSIBLE
PARA
CINTURÓN ROJO Y NEGRO CUARTO DAN
DE
DEFENSA PERSONAL POLICIAL**



1. EL BASTON POLICIAL EXTENSIBLE

- a. HISTORIA
- b. NORMATIVA
- c. DESCRIPCION
- d. TIPOS
- e. UBICACION EN DEFENSA PERSONAL POLICIAL
- f. UBICACION EN LA OPERATIVA POLICIAL
- g. EMPUÑAMIENTO. - ABIERTO/CERRADO
- h. EXTRACCION. - ABIERTO/CERRADO
- i. APERTURA Y CIERRE

2. TECNICAS DE BASE

a. POSICIONES FUNDAMENTALES

b. EJERCICIOS DE HABILIDAD

c. MOVIMIENTOS BASICOS

- 1) **M 1- EMPUÑAMIENTO LARGO**
 - 1) MOVIMIENTOS ALTOS
 - 2) MOVIMIENTOS MEDIOS
 - 3) MOVIMIENTOS BAJOS
- 2) **M 2- EMPUÑAMIENTO CORTO**
 - 1) MOVIMIENTOS MEDIOS
 - 2) MOVIMIENTOS ASCENDENTES
 - 3) MOVIMIENTOS DESCENDENTES
- 3) **M 3- CERRADO LARGO**
 - 1) ALTO
 - 2) MEDIO
 - 3) BAJO
- 4) **M 4- CERRADO CORTO**
 - 1) ENVOLVENTE ALTO
 - 2) ENVOLVENTE MEDIO
 - 3) ENVOLVENTE BAJO
- 5) **M 5- EMPUÑAMIENTO DOBLE PARA ATEMI DE DISTRACCION**
 - 1) CON PUNTA
 - 2) CON TALON
- 6) **M 6- EMPUÑAMIENTO DOBLE COMO ELEMENTO DE CONTENCIÓN.**
 - 1) EMPUÑAMIENTO LARGO
 - 2) EMPUÑAMIENTO CORTO
- 7) **M7- EMPUÑAMIENTO MEDIO**

d. TRABAJO DE DEFENSA Y ATAQUE

- 1) CIELO
- 2) ESTANDAR
- 3) TIERRA
- 4) DOS A UNO
- 5) CAMBIO DE GUARDIA Y MANO

e. PUNTOS VULNERABLES Y DE PRESION

f. FORMAS DE BLOQUEO

- 1) AGARRE DOBLE. - ANTE PUÑO
- 2) AGARRE DOBLE ANTE PATADA
- 3) EMPUÑAMIENTO CORTO ANTE PUÑETAZO
- 4) EMPUÑAMIENTO CORTO ANTE PATADA
- 5) CERRADO ANTE PUÑO
- 6) CERRADO ANTE PATADA

g. TECNICAS DE LUXACION

- 1) L1-KOTE GAESHI
- 2) L2-IKKYO
- 3) L3-NIKKYO
- 4) L4-SANKYO
- 5) L5-GOKYO
- 6) L6-SIHONAGE
- 7) L7-UDE GARAMI

h. CONTROLES EN EL SUELO

- 1) **CS1-** BASTON PUNTA EN COSTILLAS Y LUXACION CODO
- 2) **CS2-**CONTROL DEL BRAZO METIENDO EL BASTON BAJO GEMELO
- 3) **CS3-** CONTROL EN ANGULO
- 4) **CS4-** BASTON SOBRE PIERNAS
- 5) **CS5-**BASTON BAJO PIERNAS
- 6) **CS6-** LUXACION BRAZO EXTENDIDO EN EL SUELO
 - a. E. DOBLE
 - b. CERRADO
- 7) **CS7-**PRESION TOBILLO
 - a. E. DOBLE
 - b. CERRADO
- 8) **CS8-** DESDE LUXACION RODILLA- E. DOBLE CONTOLANDO EL EMPEINE
- 9) **CS9-** PIERNAS DE UKE CRUZADAS Y CONTROL CON EL BASTON
- 10) **CS10-** PRESION GEMELO.

i. REDUCCIONES

- 1) **R1.-** PRESION A LA MUÑECA
- 2) **R2-** PRESION AL TRICEPS
- 3) **R3-** EN UDE GARAMI
- 4) **R4.-** DORSO DE LA MANO
 - a. BASTON ABIERTO
 - b. BASTON CERRADO

j. PROYECCIONES

- 1) **PY1- TAI OTOSHI**
- 2) **PY2- O SOTO GARI**
- 3) **PY3- O GOSHI**
- 4) **PY4.UKI GOSHI**
- 5) **PY5-TE GURUMA**

3. DEFENSA PERSONAL

- 1) **RESOLUCION ANTE AGARRES BASICOS**
 1. MUÑECA MANO NO ARMADA
 - a. CON MANO IZQUIERDA.
 - 1) EMPUÑAMIENTO LARGO. IKKYO
 - 2) CERRADO- IKKYO
 - b. CON MANO DERECHA
 - 1) EMPUÑAMIENTO LARGO- POR EL CUELLO
 - 2) CERRADO- CLAVICULA Y O SOTO GARI
 2. MUÑECA MANO ARMADA
 - a. CON MANO IZQUIERDA
 - 1) E. LARGO. -SIHONAGE
 - 2) E. LARGO- NIKKYO
 - 3) CERRADO. - SIHONAGE
 - 4) CERRADO – NIKKYO
 - b. CON MANO DERECHA.
 - 1) E. LARGO- SANKYO
 - 2) CERRADO- SANKYO
 3. SOLAPAS
 - a. CON MANO- DERECHA
 - 1) E. LARGO- DIRECTO AL RADIO
 - 2) CERRADO- AL RADIO
 - 3) E. LARGO- EN CRUZADO

- 4) CERRADO- EN PUNTA A LA ARTICULACION DEL BRAZO
- 5) E. CORTO. -CLAVICULA O SOTO GARI
- 6) CERRADO- CLAVICULA- O SOTO GARI
- 7) E. DOBLE- A LA ARTICULACION DEL CODO

b. CON MANO IZQUIERDA

- 1) E. LARGO- PRESION AL RADIO EN CRUZADO
- 2) CERRADO- PRESION AL RADIO EN CRUZADO
- 3) E. CORTO. - LUXACION CODO- IKKYO
- 4) CERRADO- LUXACION CODO- IKKYO
- 5) E. LARGO- NIKKYO
- 6) CERRADO- NIKKYO

c. DOS MANOS

- 1) E. DOBLE- A LA ARTICULACION DE BRAZOS
- 2) E. DOBLE- SODE TSURI KOMI GOSHI

2) A TERCERAS PERSONAS

a. DOS MANOS AL CUELLO

- 1) E. LARGO -
- 2) CERRADO
- 3) E. CORTO-
- 4) E. LARGO-

b. SOLAPA CON MANO IZQUIERDA.

- 1) E. LARGO.
- 2) CERRADO-
- 3) E. LARGO-
- 4) E. LARGO
- 5) CERRADO-

c. SUELTA DEL AGRESOR ANTE COMBATE EN EL SUELO

3) RESOLUCION ANTE ATAQUE CON ARMAS CONTUNDENTES

- a. ANTE ATAQUE DIRECTO A CABEZA
- 1) E. LARGO. - PUNTA A MANO
 - 2) E. CORTO. CUELLO- UKI GOSHI
- b. ATAQUE DE REVES
- 1) E. LARGO – PUNTA EN MANO

4. PRACTICA POLICIAL

a. DETENCIONES

- 1) **D1.-** PRESION AL BRAZO DESDE ATRAS
- 2) **D2.-** AL RADIO DESDE ATRAS
- 3) **D3-** EN VIOLIN AL HOMBRO
- 4) **D4-** DOS A UNO. PRESION A LOS BRAZOS DESDE ATRAS
- 5) **D5-** DOS A UNO, PRESION DESDE ATRÁS Y VIOLIN
- 6) **D6-** DOS A UNO- PRESION DESDE ATRÁS Y RADIO
- 7) **D7-** DOS A UNO. PRESION DESDE ATRÁS Y POR DELANTE
- 8) **D8-** PRESION POR LA MUÑECA
- 9) **D9-** EN VIOLIN AL CODO
- 10) **D10-** PRESION AL RADIO CON CONTROL DEL BRAZO

b. ESPOSAMIENTOS

SITUACION DE ALERTA

1. Esposamiento **A9** **D11**-y **P6**-. **CONDUCCION 26**

2. Esposamiento **A10** **D12**:.
 - i. Bastón con la derecha.
 - ii. Bastón con la izquierda.
 - i. **CONDUCCION 26**

3. Esposamiento **A11** **D13**:-.
 - i. Bastón con la derecha.
 - ii. Bastón con la izquierda. **3P1**

4. Esposamiento **A12** **D14**
 - i. Bastón con la derecha.
 - ii. Bastón con la izquierda.

5. Esposamiento **A13** **D15**:.
 - i. Bastón con la derecha.
 - ii. Bastón con la izquierda. **3P2**

6. Esposamiento **A14**
 - i. Entrada por la derecha. **D16**
 - ii. Entrada por la izquierda. **D17** **P7**

SITUACION DE PELIGRO

1. **P6- P6**
 - a. **BASTON EN ANGULO. D 12-**
 - b. **BASTON EN PARALELO. - D13**
 - c. **BASTON BAJO LAS RODILLAS. - PARA COLOCACION DE LAZOS D14**
 - c. LAZOS
 - d. BRIDAS DE SEGURIDAD
 - e. **CONDUCCIONES**
 - C8.-
 - C9.-
 - C10.-.
 - C11.-
 - C12.-.
 - C13.-.
 - C14.-
 - C15.-
 - C16.-
 - C19.-
 - C20.-
 - C21.-
 - C26.-

f. CONTROL DE PERSONAS

- 1) CP1- E. DOBLE POR DELANTE
- 2) CP2- E. DOBLE POR DETRAS
- 3) CP3- E. LARGO Y CONTROL A LA CLAVICULA POR ARTICULACION DEL CODO (COMO HADAKA HA JIME)
- 4) CP4-E. DOBLE LATERAL AL BRAZO.

g. EXTRACCION DE PERSONAS DEL INTERIOR DE VEHICULOS

- 1) V1- AL RADIO Y EXTRACCION POR KOTE GAESHI
 - a. E. LARGO
 - b. CERRADO
- 2) V2- AL CUBITO
 - a. E. LARGO
 - b. CERRADO
- 3) V3- AGARRE BAJO AL BOLANTE
 - a. E. LARGO
 - b. CERRADO
- 4) V4-CERRADO- PRESION EN PUNTA AL TRICEPS CODO
- 5) V5-E. CORTO- IKKYO
- 6) V6- CERRADO- IKKYO
- 7) V7- E. LARGO. BRAZO POR EL CUELLO
- 8) V8- CERRADO- PRESION DORSO MANO Y KOTE GAESHI
- 9) V9- CERRADO. EN PUNTA AL CODO PARA EXTRACCION, Y POSTERIOR IKKYO