

# PROGRAMA DE 5º DAN DE BASTON POLICIAL EXTENSIBLE

## **1. EL BASTON POLICIAL EXTENSIBLE**

- a. HISTORIA
- b. NORMATIVA Y SENTENCIAS
- 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
- 6) **COMBATE CON PROTECCIONES**

**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 ("L")**

- 1) **L1-L7**

**h. CONTROLES EN EL SUELO ("CS"):**

DE CS1 a **CS11-**

**i. REDUCCIONES ("R"):**

DE R1 a R4

**j. PROYECCIONES ("PY"):**  
DE PY1 a PY 6-

**3. DEFENSA PERSONAL**

**1) RESOLUCION ANTE AGARRES BASICOS**

1. MUÑECA MANO NO ARMADA

a. CON MANO IZQUIERDA.

- 1) EMPUÑAMIENTO LARGO.
- 2) CERRADO.

b. CON MANO DERECHA

- 1) EMPUÑAMIENTO LARGO-
- 2) CERRADO-

2. MUÑECA MANO ARMADA

a. CON MANO IZQUIERDA

- 1) E. LARGO. -
- 2) CERRADO. -

b. CON MANO DERECHA.

- 1) E. LARGO-
- 2) CERRADO-

3. SOLAPAS

a. CON MANO- DERECHA

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

b. CON MANO IZQUIERDA

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

**2) A TERCERAS PERSONAS**

a. DOS MANOS AL CUELLO

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

**3) RESOLUCION ANTE ATAQUE CON ARMAS CONTUNDENTES**

- a. ANTE ATAQUE DIRECTO A CABEZA
- a. ATAQUE DE REVES

**4) RESOLUCION ANTE AGRESIONES CON ARMAS CORTANTES/PUNZANTES.**

- a. ATAQUE DIRECTO
- b. ATAQUE DESCENDENTE
- c. ATAQUE ASCENDENTE
- d. CORTE LATERAL
- e. CORTE DE REVES

**4. PRACTICA POLICIAL**

**a. DETENCIONES (“D”):**

DE D1 a **D10-**

**b. ESPOSAMIENTOS**

**SITUACION DE ALERTA (“Esposamiento A”):**

DE ESPOSAMIENTO A9 a ESPOSAMIENTO A14

**SITUACION DE PELIGRO (Esposamiento P)**

1. **P6-**

- c. LAZOS
- d. BRIDAS DE SEGURIDAD

**e. CONDUCCIONES (“C”):**

DE C10 a C16, C19, C20, C 21, **C26.-**

**f. CONTROL DE PERSONAS (“CP”):**

DE CP1 a CP4- **CP5-**

**g. EXTRACCION DE PERSONAS DEL INTERIOR  
DE VEHICULOS (“V”)**

**1) V1 a V11**

**KATA DE BASTON POLICIAL EXTENSIBLE**

**2ª KATA DE DEFENS PERSONAL POLICIAL**

**KATA DE DEFENSA SEMIRIGIDA**

**KATA DE TONFA POLICIAL**

**COMBATE CON EL BLACK MAN**

