

PROGRAMA DE CINTURON AZUL DE BASTON POLICIAL EXTENSIBLE

1. EL BASTON POLICIAL EXTENSIBLE

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

2. TECNICAS DE BASE

a. POSICIONES FUNDAMENTALES

b. EJERCICIOS DE HABILIDAD

c. Todos los movimientos se realizaran con el BPE extendido y cerrado

d. 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

e. CONTROLES EN EL SUELO

- 1) **CS1-**
- 2) **CS2-**
- 3) **CS3-**
- 4) **CS4-**

f. REDUCCIONES

- 1) R1.-
- 2) R2-
- 3) R3-

3. PRACTICA POLICIAL

a. DETENCIONES

- 1) D1.-
- 2) D2.-

**DOS PRIMEROS GRUPOS DE LA KATA DE BASTON POLICIAL
EXTENSIBLE**

