

#### 4. Sektion Biu Tze Chi Sao DVD mit Menü, Laufzeit ca 45 Minuten

Kapitel 1 Klassisch: Anfang wie 3. Sektion Biu Tze. Doppellap. Befreiung unten durch mit Biu, ich mache wieder Doppellap dagegen. Das als Kettentechnik. Dann mache ich Zug und Aussenhaken. Er wehrt mit Gaan und Wendung ab. (Verliert der der Aussenhaken seinen Druck, dann wird der Gaan zu Fak). Bei Druck macht man weiter mit Kau Sao und Spatenhand. Ich wehre mit Scherengaan ab. Er macht Quat Sao und wieder Scherengaan. Dann Scherengaan gegen Scherengaan als Kettentechnik. Dabei ist einer der Aktive. Der Drill wird mit Quat und Fak beendet. Dagegen wieder Doppelzug und von vorne.

Kapitel 2 Details: Hält A nach Lap und Aussenhaken fest, dann mache ich Gegenfesselung. Allgemein Befreiung mit Biu unten durch gegen diagonales greifen am Oberarm. Macht A den Aussenhaken ohne vorheriges Lösen, kann man kleben bleiben.

Kapitel 3 Nichtklassisch: Sofort Gegenangriff gegen Doppellap oben drüber. Nichtklassischer Bong und Wu und Gegenangriff gegen den Zug und Aussenhaken. Bella Lugusi mit Gegenangriff. Schere gegen Schere wird mit hohem Bong verhindert.

Kapitel 4 Wenn bei Zug und Aussenhaken A auf sich zu zieht, kann man direkt Gegenangriff machen. Das als Drill üben.

Kapitel 5 Befreiung gegen gleichseitigen Griff am Oberarm als Drill  
Kapitel 6 Details

Kapitel 7 bei unachtsamem Angreifer nach dem ersten Ellbogenangriff mit diesem Arm kräftig ausklappen

Kapitel 8 B macht frühe, zuvorkommende Abwehr gegen Doppellap von A, A wehrt mit Jam ab, A macht mit Dong Fak weiter, B lässt sich treffen, B macht Doppellap und so weiter

Kapitel 9 B ist schneller als A und macht weiter

Kapitel 10 B ist schneller wie A, B macht frühe, zuvorkommende Abwehr gegen Doppellap von A, A wehrt mit Jam ab, B steigt von unten auf und macht Doppellap und Haken, A lässt sich treffen, A macht Lap und Fak und Doppellap und Haken. Das ist ein Drill. A übt links und rechts, B übt links und rechts.

Kapitel 11 Details zu Lap und Haken

Kapitel 12 Nach Doppellap mit äusserer Hand mit Huen rumgehen und unter dem gegnerischen Arm angreifen

Kapitel 13 Gegen Abwehr des faltenden Ellbogens wie im 9. Schülergradprogramm oder wie in der ersten Sektion Biu Tze mit dem Ellbogen gegen den Oberarm diese Abwehr in der Entstehung verhindern, er muss dann Schulterbong machen.

Kapitel 14 den anderen ziehen oder sich selbst rausbewegen

Kapitel 15 tiefen Ellbogen gegen den Angriff mit kräftigem Biu Fak wie in der dritten Sektion.

Kapitel 16 Wenn A Lap und Aussenhaken mit Bella Lugusi abwehrt, dann sofort mit diagonaler Fak wie in der Biu Tze Form A aufhalten und gleichzeitig schräg nach hinten raus. Dann Hände wechseln, weil man mit zwei Armen an einem ist. Dann weiter mit Lap und Fak wenn innen an der Wu Sao, oder Dschat und Fak wenn aussen an B's Wu Sao. Dann weiter als Drill. Mehrfach Lap und Fak und dann Zug und Aussenhaken.

Kapitel 17 Wenn A mit seinem Gegenangriff näher an mir ist als meine eigene Hand, die gezogen hat, dann wehre ich mit Kwai Chang (Unterarm) ab. Und zurück in den Drill.

Kapitel 18 Nichtklassisch gegen Lap und Aussenhaken Kopfstoss oder gedrehte Rückhand.

Kapitel 19 Einfluss des Standes auf die mögliche Technik und weitere Details zu Zug und Aussenhaken, Anwendung von Haken und Abwärtsellbogen

Nachtrag: Wird Schere gegen Schere mit hohem Bong verhindert, macht der mit Bong Pak Fak oder Lap Fak  
Nach der Abwehr von faltendem Ellbogen wie im 9. SG Zug und Aussenhaken