

7. Sektion Chi Sao Kampfanwendungen von Huen Sao Video 1 Erklärungen. Unser Großmeister K. R. Kernspecht veröffentlicht regelmäßig Videos auf seinem facebook Kanal. Da zeigt er, wie er unterrichtet und was er eben so als Techniken macht. Wer das komplette WT System kennt und beherrscht, kann erkennen, was da passiert und warum. Er nennt es jetzt Chi Sao Kuen als Unterscheidung zum traditionellen Wing Tsun, das ich gelernt habe und teilweise unterrichte. Hier benutzt er teilweise neue Kombinationen von an sich bekannten Techniken, die sehr schwer abzuwehren sind. Sehr oft benutzt er das uns bekannte Zick Zack Prinzip, das auch als Jin Yang verstanden werden kann. Aber ausgereifter und verfeinert in den Fortsetzungen. Hier spielt die Huen Sao als zentrales Bewegungsmuster eine wichtige Rolle.

Das einfache Prinzip ist. Ich als Braver strebe eine gute Position an, in der ich mich gut verteidigen und gut angreifen kann. Gut ist wenn innen dann hoch und breit, wenn aussen dann tief und eng. Klappt das, bin ich im Vorteil. Will der andere das mit Kraft verhindern, gibt er mir Energie und die kann ich für eine Positionsänderung und einen neuen Angriff benutzen. Dies geschieht extrem schnell und quasi automatisch, so dass die Abwehr sehr schwer ist. Die genaue Fortsetzung ergibt sich immer aus der Position und der Druckrichtung. Es können auch andere Fortsetzungen entstehen. Erst langsam und abgesprochen üben, dann schneller und A reagiert frei.

Nur im weichen, inneren Wing Tsun lernt der Kämpfer das kluge Nachgeben.

1a Drill: B (Braver) will von 2 mal innen hoch, klappt, beenden. Oder A (Angreifer) hält gegen, B Huen und schließen und ziehen und Fak, Treffer, beenden. Oder A Abwehr Bong, B fliegender Wechsel, Zug und Haken. Grundsätzlich sind weitere Fortsetzungen nach Belieben möglich. Trainingsmethode ist bei allen Drills, dass A die verschiedenen Reaktionen ohne Absprache durchführt.

1b Drill: B will von 2 mal innen hoch, A hält gegen, B Huen und schließen und ziehen und Fak, Treffer und beenden. Oder A Abwehr Tan, B macht einmal Zick Zack Angriff, B fliegender Wechsel, Zug und Haken.

2a Drill: B will von 2 mal innen nach aussen, klappt, beenden. (*Wenn es klappt dann beenden gilt auch für alle folgenden Drills*). Oder A hält gegen, B Huen und schließen und ziehen und Fak, Treffer beenden. Oder A Abwehr Bong, B fliegender Wechsel, Zug und Haken. (Wie 2a)

2b Drill: B will von 2 mal innen nach aussen. A hält gegen, B Huen und schließen und ziehen und Fak, Treffer beenden. Oder A Abwehr Tan, B macht einmal Zick Zack Angriff, B fliegender Wechsel, Zug und Haken.

3a Drill: B ist aussen und will zusammen, klappt, beenden. Oder A hält gegen, B Huen (*Großmeister macht hier oft direkten Angriff*) und oben mit Lan Sao greifen, unten durch. Treffer, Noy Bong und Fak, Pak Kontrolle und Ellbogen....

3b Drill: B ist aussen und will zusammen. A hält gegen, B Huen und oben mit Lan Sao greifen, unten durch. *Hier gibt es für A 3 Möglichkeiten der Abwehr.* A Abwehr mit begleitenden Innenpak freie Hand, B seine Abwehr greifen und Fak weil der Innenpak dezentral ist.

3c Drill: B ist aussen und will zusammen, A hält gegen, B Huen und oben mit Lan Sao greifen, unten durch. A Abwehr mit Jam des gegriffenen Armes. B zieht Hand sofort zurück und Fak.

3d Drill: B ist aussen und will zusammen, A hält gegen, B Huen und oben mit Lan Sao greifen, unten durch. A Abwehr mit Dschat des Lan von B wie 5. Sektion, weiter wie 5. Sektion.

4 B ist aussen und will nach unten, weil er zu hoch ist. Gleiche Technik und Fortsetzungen wie Drill 3

Drill 5a: Ähnlich wie Drill 1. B drückt nach vorne/aussen. A hält gegen und drückt zusammen und nach vorne, dann B nichtklassische Bruce Lee Fesselung und Fak. Trifft-Ende. A Abwehr zentral dann Schere und ziehender Kao und Biu Fak. A Abwehr dezentral dann fliegender Wechsel und Fak innen.

Drill 5b: Variante von Drill 5a: B drückt nach vorne/aussen. A hält gegen und drückt zusammen und nach vorne, aber B ist jetzt auf Schulterhöhe, dann B Wendung und Bong und Tan, Tan wird sofort zu Spatenhand, diese spatenhand befreit mit Noy Bong den Bong und Bong Arm macht Fak Sao.

Drill 6: ähnlich wie Drill 3. B drückt nach vorne/innen. A hält gegen und rückt nach aussen/vorne. Doppelter Kao Sao wie Cham Kui Form und weiter wie Drill 3 und 4.

Drill 7: Abwehren dazu sind in den Drills bereits enthalten. Statt gegenzuhalten gibt man dem Druck nach und hat dann die gleichen Fortsetzungen.