

KALI INTERMEDIATE Level 1 (LIGHT GREEN) Verbessert

DOUBLE STICK:

- 5 Carenza Schattenboxen mit Musik
- 8 Leichtes Doppelstocksparring ohne Helm, mit Zahnschutz und Schutzbrille
- 9 COMBINED: WITIK 6, REDONDO 6 AND ROOF 6
- 10 SAN GABRIELLE 0.05.30 Rechts schlagen, Diagonaler Vorwärtsschritt und links schlagen, dann drei Ikis mit diagonalem Vorwärtsschritt, hinten mit linkem Bein überkreuzen (silo step) und mit linker Hand über Redondo Schlag von Rechts, tiefer Schlag mit rechts von links, 180 Grad drehen, Schlag mit linker Hand von rechts, der andere macht Abwehr mit Doppelblock wie Roof 6, beide zurückziehen in Grundstellung rechts, halber Redondo 6, Ende offene Stellung. Ende und von vorne, mit oder ohne Partnerwechsel.
- 12 ROOF BLOCKS INSIDE AND OUT ONE HIT BACK, Angriff Nr 8 mit linker und rechter Hand
- 13 UPWARD 6
- 15 VILLABRILLE 8 Count. Anfang geschlossen. Rechts laptik (durchziehen), dann Roofblock, rechts laptik und am Oberarm oben parken, links witik, rechts witik und unten parken, links witik, rechts tiefer laptik, links tiefer laptik.

SINGLE STICK:

- 17 PUNTA SUMBRADA Stichabwehr, mit Backhand wie Nur 6 Tan beginnen, high, high, low, dann 3 gegen 3. Scherenartige Bewegung Checkhand and der Stockspitze.
- 19 Stichabwehr 1 gegen 1
- 20 Stichabwehr Freeflow

- 21 PUNYO SUMBRADA wie 5-2-6, 2 ist Buttstrike

- 22 5 COUNT SUMBRADA 8-1-4-5-2 gegen 4 sweep, gegen 2 roof, statt 4 kann auch 5 gemacht werden
- 23 Punta Abwehr gegen Nr 5

- 24 SUMBRADA 3 COUNT (=8-1-4) 7 verschiedene Variationen, Variante Eins 8-13-14 (h3-h4) highline, Abwehr mit Stick up
- 25 variante shield gegen 14 (h4),
- 26 Gunting gegen H4 wie switchblock,
- 27 8-1-4 auf Bauchhöhe standard, Abwehr Stick up
- 28 Nr 4 ganz tief dann Abwehr Stick down, wenn man es vorher erkennt, Checkhand innen wie Gaan Sao aber Ellbogen sehr tief und Handfläche zeigt nach oben, von oben kommen.
- 29 Combiada (ähnlich Gunting) gegen Nr 4 ganz tief mit Stick down.
- 30 Gunting gegen 4 midline mit c-hand von innen blocken und mit Stock den Stock des Angreifers nach unten schlagen, das kann eine Entwaffnung werden.
- 31 Nr. 4 ganz tief, Abwehr mit Dropstick so dass bei der Abwehr der Stock den Boden berührt. oder Stick down.
- 32 Es gibt viel mehr Varianten das waren Varianten des dritten Schlages, man kann auch Varianten des zweiten oder des ersten Schlages machen. Aber das Ziel ist sowieso der Free Flow.

- 33 BREAK IN AND OUT ON THE 5TH BEAT OF SUMBRADA zwei mal high-low-high, beim 5. schlag rein mit gunting, dann 8-1-4-8-1-4 und raus, Personen wechseln.

- 34 Numbering Pattern 1 to 25 Inosanto Blend Kali.
- 35 Numbering Patern mit links.

- 36 Snake Drill: 8 verschiedene Entwaffnungen und 9 Techniken, die erste und letzte sind gleich.
 - A 1 Block, Konter, Snake mit dem linken Arm und Entwaffnung mit Stockhand Stick down Faust auf sein Handgelenk.
 - B 2 Am Stock runterrutschen und unteres Ende mit Daumen oben greifen, und mit Faust und Butt aussen an seiner Hand von unten aussen rausschlagen, sich dabei öffnen. Verbinden mit Stockschlag zum Kopf.
 - C 3 Seinen Stock festhalten, den eigenen Stock drehen Spitze nach vorne und Stich ins Gesicht und wieder Stock rausschlagen.
 - D 4 Stockhand zurückziehen und sich einen Hebel bauen, sein Stock ist parallel zu seiner Schulterlinie, mein Stock mit dem vorderen Ende an seiner Hand oben, mit meiner linken Hand seinen Stock nach unten raushebeln.
 - E 5 Meinen Stock wieder drehen und sich mit Butt an seiner Hand einhaken, grosser Kreis im Uhrzeigersinn nach unten, mit linken Unterarm von unten durch Druck nach vorne oben entwaffnen.
 - F 6 Mit dem linken Arm seine Stock hoch in die Horizontale bringen, Waffenhand rausziehen und von oben mit Faust und Butt auf sein Handgelenk schlagen und ihn so entwaffnen. Stock fangen wenn möglich.

- G 7 Mit checkhand über sein Handgelenk weiterführen im Uhrzeigersinn zur Full Snake. Eventuell den weggenommen Stock am eigenen Körper abstützen um die Länge zu optimieren.
H 8 Mit der linken Hand zu seinem Stockende gleiten, sein Handgelenk ist verdreht, mit meinem Butt von unten einhaken und rausreißen
I 9 Meine rechte und seine linke Hand gegen den Uhrzeigersinn eine volle Drehung bis auf 12 Uhr und Entwaffnung A 1.
37 Snakedrill Entwaffnungen kurz.
38 Snakedrill schnell.
- 39 Combiada (Switchblock) gegen Angriff 1 und 2, auch gegen 3 und 4 möglich.

40 KNIFE:

- 40 Sparring ohne Helm
41 Palasut Drill Erklärung
42 Palasut Drill (wie scooping drill) ohne Seitenwechsel, a langit grip gegen B pakal grip Abwehr mit C-hand gegen tirsian counter, manchmal zieht B seine Hand bei Nummer 4 zurück, um nicht geschnitten zu werden, beim scoopen einhaken
43 Palasut Drill Erklärung
44 Palasut Drill Partnerwechsel
- 45 STRIPPING 1 TO 8 LANGIT GRIP
A 1 Gegen Nr. 1 Angriff diagonal hoher Gaan und mit Quat im Uhrzeigersinn rumschaufeln, unten mit der linken Hand greifen am Handgelenk, Entwaffnung auf 11 Uhr mit Rechts, strip oder steal.
B 2 mit rechts greifen und runterführen auf 7 Uhr und Entwaffnung mit links nach hinten und oben.
C 3 Handgelenk festhalten und mit links auf Ellbogen Nervendruckpunkt schlagen. Mit links Handfläche oben und Webhand auf Hals schlagen. Mit rechts seine Hand hochführen und ihm das Messer mit Unterstützung der eigenen Brust in den Hals stechen. Oder am Hals vorbei. Sein Handgelenk ist dann so verdreht, dass eine Entwaffnung einfach ist.
D 4 Seinen Arm mit rechts wieder runterführen und mit links Handfläche nach oben entwaffnen.
E 5 Hand wechseln und mit links sein Handgelenk greifen, hochführen auf 13.30 Uhr und Entwaffnung mit rechts.
F 6 weiterführen auf 11 Uhr und Entwaffnung mit rechts.
G 7 bei grossen Messern am Butt wenn der heraussteht.
46 Entwaffnung H8. Mit rechts runterführen auf 6 Uhr die Hände wechseln, auf 5 Uhr Entwaffnung und nach Steal Kuckuck Griff.
47 Entwaffnung H 8 mit rechts Handgelenk greifen und runterführen, auf 6 Uhr die Hände wechseln und weiterführen und auf 5 Uhr Entwaffnung mit links.
48 Detail zu Entwaffnung C 3 und weitere Erklärungen.
49 Alle 8 Entwaffnungen.

50 STICK AND DAGGER:

- 50 Espade E Daga: Contradas Basic Flow. A rechts Buttstrike Nr. 1, B links Segung wie Man Sao Block, B von unten aussen mit rechts übernehmen und Stich tief, A Abwehr Rückwärtsschritt und Abwehr rechts, B Buttstrike Nr. 1 und so weiter.

51 EMPTY HANDS:

- 51 NUMBERING SYSTEM 1 TO 12 INOSANTO 0.44.40 : Left jab, right cross, l low body hook, r low body hook, L und r uppercut, l und r thai hook, l und r low jab, l und r long hook, long hook kann swing oder whip sein
52 von mehreren Seiten
53 Rechtsauslage
54 HUBAD SWITCH statt segung palasut, mit Kau runterschaufeln und lösen und Angriff. Das runterschaufeln soll den Kontakt lösen, erst nett, dann aggressiver.
55 Hubad Switch.

56 FOOTWORK:

- 56 WALK THE HOURGLASS in der Mitte immer gerade durchlaufen mit point.