

## Inosanto Kali 7. Schülergrad - Intermediate Level 3

### DOUBLE STICK:

- 1 COMBINE ALL 6 COUNTS: High, Low, High.. Cop Cop....sixcount heaven, standard,earth
- 2 ....Redondo alle drei Höhen....Odd 6: Start normal links Rückhand durchziehen, rechts Vorhand durchziehen, links Vorhand zurückziehen.... Witik 6 Start normal. Rechte Vorhand zurückziehen, linke Rückhand durchziehen, rechte Vorhand durchziehen.....Upward 6 Start tief ungekreuzt, rechte Hand zuerst.
- 3 Backhand Inward Backhand: Start offen rechts ungekreuzt. Rückhand durchziehen, Vorhand durchziehen, Rückhand zurückziehen.
- 4 Backhand Inward Backhand: Start wie immer. Rückhand durchziehen, Vorhand durchziehen, Rückhand zurückziehen.
- 5 Alle Drills nacheinander, *eventuell Sonkette 6 dazu nehmen.*
- 6 SAN MIGUEL Anfang mit Heaven 3, dann gleich silow step und weiter wie immer.
- 8 Gunting return heaven 3. B beginnt offen. Der Führende A zieht die Schläge durch und hält dann seinen Stock als Übungsziel. Erst zwei hohe Schläge, dann zwei tiefe.

### SINGLE STICK:

- 9 CHICKEN STEPPING 1 TO 4 Inosanto Numbering system mit Auslage wechseln. Einfacher chicken Step. Doppelt. Mit Gewichtsverlagerung.
- 10 SEGIDA'S 1 TO 6. Wie bekannt erst das Plus Zeichen. Horizontal, runter, rauf, horizontal. Nr. 1 Dann Vorhandstich wie Hook oder Nummer 17 Schlag. Nr. 2 dann Ikis. Nr. 3 Backhand redondo. Nr. 4 Umbrella wie Nummer 19 Schlag. Nr. 5 Umbrella und Backhand hook wie Nummer 20 Schlag. Nr. 6 Backhand redondo und Ikis.
- 11 LAMECO ABECEDARIO 1 TO 4. Lameco numbering system: 1, 9, 10, 2 (*1,R1,R2,2*) B wehrt ab und mehrere Konterschläge, mindestens drei. Abwehr mit rausgehen oder innen bleiben.
- 12 Sparring Ohne Helm Leichtkontakt
- 13 Sparring mit Helm Vollkontakt

### KNIFE:

- 14 PALASUT PACAL VS. PACAL Hand wegschubsen als Seitenwechsel
- 15 Variante mit Handbefreiung
- 16 STRIPPING 1 TO 12 LANGIT GRIP LEFT HAND
- 17 PACAL STRIP LEFT HAND OUTSIDE 1 a return to sender und Entwaffnung an seinem Oberschenkel. 1 b wenn 1 a erfolglos Kipphandhebel gegen den Uhrzeigersinn weil A ja gegen drückt. Daumenwurzel packen und Entwaffnung und Kipphandhebel mit Messer. Entwaffnung Nummer 2 ist gleich vorbeileiten mit Aussenpak und in verdrehten Kipphandhebel weiter. Entwaffnung und chicken wing Haltegriff. Dabei mit Messer den Arm beugen und dann mit Messer am Hals gehalten.
- 18 Pacal agaways Entwaffnung 1-4 angreifer Messer links
- 19 ESCALA SLASH BUTT THRUST TEAR Ansage 3 Zahlen
- 21 NUMBERING SYSTEM 1 TO 25 LANGIT GRIP

### EMPTY HANDS:

- 22 NUMBERING SYSTEM 1 TO 30 INOSANTO
  - 24 DUMOG DACUP TO PULL DOWN TO BRANCH UP aus Hubad Armstreckhebel nach unten. A hält gegen deshalb wechseln in americana und takedown und sitzender Kimura, auch mit Kipphandhebel
- TERMINOLOGY: Wie Blatt 2