Schlagdistanz

Name												
	Angriff	Abwehr	Angriff	Abwehr	Angriff	Abwehr	Angriff	Abwehr	Angriff	Abwehr	Angriff	Abwehr
Tai-Chi-Schlag												
Kurzer Schock-Schlag												
Vertikaler gerader Fauststoß												
untersch. Höhen (Knie* Hüfte Bauch Brust Kopf)												
Beschl./Verformend/Aritiert/mit (vorwärts-/Stampf-/Chum-Kiu-Schritt)*												
mit (vorwärts-/Stampf-/Chum-Kiu-Schritt)*												
horizontaler gerader Fauststoß												
untersch. Höhen (Knie* Hüfte Bauch Brust Kopf)												
Beschl./Verformend/Aritiert/mit (vorwärts-/Stampf-/Chum-Kiu-Schritt)*												
mit (vorwärts-/Stampf-/Chum-Kiu-Schritt)*												
Rückfaust												
Durchgezogen/Schnappend/mit Ausweichbewegung*												
Schwinger/Uppercut												
Durchgezogen/kombiniert/mit Ausweichbewegung*												
fallend*/mit Stampfschritt*/Kreisschritt**												
Beschl./Verformend/Aritiert/mit (vorwärts-/Stampf-/Chum-Kiu-Schritt)*												
Handballen*												
Handkantenschläge*												
waagerecht und gerade (Handfläche nach unten oder oben zeigend)												
als Ersatz zur Rückfaust												
senkrecht zum Brustbein												
Doppelhandschläge* (Schock-Schubsen, Drachen-Stoß, Hüft-Stoß..)												
Tier-Stil-Schläge*												
Tiger												
Schlange												
Panther												
Mantis												
Kranich												
Hammerschläge*												
Unterarmschläge (Schneide- und Hackprinzip)*												
Drunken-Fist**												
Kombinationen												
Kraft												
Schnelligkeit												
Haltung												
Präzision												
Gleichgewicht												
Chi-Sao*												
Chi-Quong-Schläge**												