



COMBATE A UN PASO (IL BO MATSOGUI - IL BO DERION – HAN BO KIORUGUI)

M. Adrogué - www.taekwon.com.ar

Los ataques se hacen con puño derecho, desde chunbi. Los nombres coreanos son técnicas relacionadas a las de las formas. Estas secuencias son ejercicios marciales, no técnicas de defensa personal directamente aplicables.

1. **RODILLAZO A CADERA:** Defensa afuera canto de mano derecha caminando con el pie izquierdo a 45°. Saco la pierna derecha y la avanzo a 45° acercándome al oponente con golpe de puño izquierdo cruzado (Do San 2) y rodillazo con la pierna izquierda al costado de la cadera del atacante.
2. **ATRAPA GARGANTA:** Defensa afuera con antebrazo interno derecho caminando con el pie izquierdo a 45° (hay un sutil chequeo previo con palma izquierda). Saco la pierna derecha y la avanzo a 45° con patada frontal derecha y golpe de puño izquierdo cruzado, agarre/pinza a la garganta/tráquea con la mano derecha (Ju Che 28).
3. **PLANCHAZO AL ROSTRO:** Defensa adentro con el brazo derecho tomando un paso izquierdo hacia atrás, posición L. Envuelves y apartas el brazo izquierdo del atacante y avanzas con un paso adelante con el pie izquierdo y das un golpe a la cara con dorso de palma izquierda en posición L (Tong Il 7, Yu Sin 54; si usa anillos pegar con éstos, sino, con los nudillos o dorso endurecido). Moviendo el pie izquierdo a posición de caminar, golpe a las costillas cruzado con el codo derecho.
4. **MARTILLO AL OIDO:** Paso adelante con el pie derecho en posición fija (gojung; es una postura L larga), defiendiendo con la mano izquierda abierta y golpe de martillo al oído derecho, luego acerca el pie derecho a posición en L y canto de mano izquierda al cuello mientras atrae cabeza (Won Hyo 2), patada frontal a cara interna de la pierna izquierda del oponente, derribo usando pierna derecha con la izquierda adoptando posición de caminar, pisotón / patada derecha a los genitales.
5. **SANG SU:** Defensa reforzada hacia afuera con antebrazo derecho avanzando con pie derecho hacia delante (Joong Gun 20, Yu Sin 34), avanzo con pie izquierdo posición fija haciendo un círculo con el canto de la mano izquierda lleva el tabique nariz hacia atrás mientras con mano derecha sujeta el ataque (Ul Ji 32); luego cambiando pie izquierdo a posición de caminar cae con golpe de martillo/antebrazo derecho a la garganta.
6. **KWAN SU:** Paso muy corto de pie izquierdo saliendo afuera del ataque con defensa afuera mano derecha canto interno (yok sudo) con movimiento de molino (tipo Hwa Rang 27), paso adelante a posición de caminar atacando con mano de lanza/punta de dedos vertical derecho a un lado de la garganta (interior del esternocleidomastoideo) mientras el brazo izquierdo controla el ataque (Do San 6). La mano que atacó rodea el rostro mientras el pie izquierdo se acerca mientras se va girando el torso y arrastrando la cara/cuello del oponente en un gesto de defensa con antebrazo adoptando postura de pie de atrás (dui-bal sogui) ante lo cual se desequilibra y tropieza (Taeguk Chil Chang 8).
7. **ARRIBA EXTERIOR, BRAZO ENVUELTO:** Paso a la izquierda con pie izquierdo a 45° defensa arriba con el antebrazo derecho a postura de pie de atrás (dui-bal), puño izquierdo vertical cruzado a las costillas en posición de caminar (So San 2), avanza pie izquierdo a posición natural mientras hace barra vertical sobre el codo con antebrazo izquierdo y envuelve el ataque con el brazo derecho; y derriba dando paso con pie derecho hacia atrás y bajando la postura.
8. **ARRIBA INTERIOR, CODO EN ÁNGULO:** Paso a derecha con pie derecho a 45°, defensa arriba con antebrazo izquierdo a postura de pie de atrás (dui-bal), inmediatamente sujeta codo desde atrás con mano derecha formando un ángulo de 90° mientras da un paso con la izquierda, asegura la palanca con las dos manos (palma derecha sobre la izquierda); paso caminando con pie derecho.
9. **STOP-HIT:** Ajusta distancia perfilado cortando/anticipando el ataque a con el puño derecho ("stop-hit") y definiendo con palma izquierda deslizante simultáneamente, puño cruzado izquierdo al plexo solar en posición de caminar; luego entra a 45° en postura de jinete derribando con golpe a genitales (que puede ser antebrazo /codo al bajo vientre y hombro al plexo solar).
10. **PATADA CIRCULAR DESDE EL CIEGO:** Paso corto de pie izquierdo saliendo afuera del ataque defendiendo con palma, desliza pie izquierdo circularmente (toreo), mientras sujeta, golpe de puño derecho a la cara seguido por patada circular derecha al rostro. Puede ejecutarse corto y cerrado con metatarso (Hwarang 18), o con giro pleno con empeine (recomendado).
11. **45°, PATADA DESCENDENTE POR EL CIEGO:** Defensa afuera con antebrazo interno derecho caminando con el pie izquierdo a 45° (hay un sutil chequeo previo con palma izquierda), patada descendente con derecha a la cara –inicia por la espalda como patada en abanico- (Tong Il 16).

12. **DERRIBO A LA RODILLA:** Sale con paso a la derecha a 45° defendiendo con canto de mano izquierdo, con pie izquierdo patada al costado de la rodilla derecha pisando y derribando (Po Eun 3); termina con patada circular derecha.

13. **CLAVO A LA AXILA POR FUERA:** Avanza con pie izquierdo deslizante a posición fija clavando al oponente con puño derecho cruzado a la axila mientras sujeta con palma izquierda deslizante (Sam Il 29), mueve el pie derecho poniendo ambos pies paralelos mientras lleva el puño del rival a su propio rostro en un movimiento circular mientras rota en sentido antihorario para trabar palanca exterior a la muñeca girando hacia atrás en postura en L. Remata con golpe con el codo derecho a la cara.

14. **CLAVO A LA AXILA POR DENTRO:** Avanza con pie derecho deslizante a posición fija clavando al oponente con puño izquierdo cruzado a la axila mientras sujeta con palma derecha deslizante (Sam Il 29), mueve el pie izquierdo poniendo ambos pies paralelos mientras lleva el antebrazo del rival a su propio rostro en un movimiento circular mientras rota en sentido horario para armar una barra de brazo sobre el codo que hiperextiende y rompe, barre con pie izquierdo, patada a la cara al oponente derribado con derecha.

15. **DEFENSA DOBLE PALMA DESCENDENTE:** Retrocede a posición L con defensa de doble palma descendente (Eui-Am 34) sobre la flexión del codo y muñeca, manipula mano y codo acercándose con un paso derecho para armar palanca 90-90 de torsión sobre muñeca forzando al oponente a arrodillarse, remata con patada frontal al rostro.

16. **DEFENSA DOBLE PALMA LATERAL:** Avanza con pie izquierdo a posición de caminar, defensa lateral de doble palma (Gae-bek 7) al codo y muñeca, manipula mano y codo acercándose con un paso derecho para armar palanca de hiperextensión sobre muñeca, patada lateral derecha en giro saltando al pecho / garganta.

17. **PALMAS POR FUERA Y PASE POR DEBAJO A ESPALDA:** Salida por el costado avanzando con pie izquierdo y deslizante circularmente pie derecho (toreo) mientras ataca con palma al costado del rostro y defiende con palma (mano de atrape Yul Kok), manipula brazo extendido para pasar debajo de éste cortando con filo del codo mientras da un paso con derecha; apoya el pie y gira, brazo doblado a la espalda con palanca de cuello de ganso ("S lock", ala de pollo); mano a la cara (bajo el tabique) jala y mano izquierda empuja con movimiento de timón; derriba. Acompaña el derribo cuidando los costados; golpe a la garganta / esternón y genitales.

18. **PALMAS POR DENTRO Y PASE POR DEBAJO A PALANCA:** Salida por el costado avanzando con pie derecho y deslizante circularmente pie izquierdo (toreo) mientras ataca el rostro y defiende con palma (mano de atrape Yul Kok 15), manipula brazo extendido haciendo un cambio de manos para pasar debajo de éste entre el codo y la axila mientras da un paso con izquierda. Al llegar, gira formando palanca en 4 sobre hombro y acomoda pie derecho. Luego, avance súbito exigiendo palanca en postura en L vertical (Hwa Rang 7, Taeguk O Chang 2).

19. **DERECHO A LA ESPALDA:** Paso largo hacia delante con pie derecho (ocupando y previniendo ataque con derecha), busca el hueco del brazo, gira antihorario, palanca sobre omóplato en forma de doble palma postura en L (Tong Il 11).

Variante: Si el ataque fue con dos golpes rectos derecha-izquierda, el mismo movimiento se usa buscando la espalda y redirigiendo el brazo izquierdo a una barra de brazo.

20. **DEFENSA EN X POR DENTRO:** Da un paso hacia atrás con izquierda a posición de caminar, defensa en X por dentro, transición a doble palma en copa y puño izquierdo cruzado a axila (Sam Il 21-22, Il Yo 9), cambia pie derecho a jinete codazo lateral al rostro, puño izquierdo corto a costillas (Po Eun 5) mientras controla con palma derecha, manipula brazo izquierdo en movimiento de molino vertical cambiando de postura a barra de brazo, rodillazo izquierdo, mazazo antebrazo descendente a la nuca.

21. **DEFENSA EN X POR FUERA:** Defensa en X por afuera moviendo pie derecho (puede ser alta en posición de caminar, o media en postura L como Gae Bek 1), gira dando la espalda al oponente mientras:

Alternativa 1 (bajando el ataque): con mano derecha asegura la flexión del codo y con mano izquierda controla la parte superior de la mano de ataque; luego se acerca al oponente y jala, comprimiéndole el brazo llevando sus nudillos hacia el codo en una palanca de cuello de ganso / S lock.

Alternativa 2 (subiendo el ataque): con mano izquierda controla la parte superior de la mano de ataque y con derecha toma por debajo el codo del atacante; mientras el pie izquierdo se acerca al derecho la mano izquierda le gira la mano de ataque de modo que su palma mire al suelo y los dedos hacia el oponente, con la derecha se guía el codo hacia arriba. La palanca reverse C lock se completa con un paso con pie derecho.

22. **APLAUSO EXPLOSIVO:** Avanzando a posición L con izquierda, defensa de palma deslizante sobre el ataque, golpea palma derecha (horizontal) a la cara. Manipula con movimiento de timón horario (mano derecha a la nuca e izquierda al brazo) haciendo rotar al oponente sobre su eje inclinado mientras adopta postura de pie atrasado; aplaude con ambas palmas (izq hacia abajo, der hacia arriba) explotando los oídos; golpe de filo de antebrazo izquierdo horizontal descendente al cuello (Ju Che 33).

23. **MOLINO CON BOCA DE TIGRE:** Pie izquierdo con paso corto a 45° mientras ejecuta defensa de molino con manos abiertas (Chonkwon 26), avanza corto pie izquierdo atacando con palma izquierda a la cara y derecha a costillas (boca de tigre), paso derecho adelante embistiendo la pierna del oponente derribándolo mientras pivotea sobre derecha posicionando pie izquierdo..

24. **45°, GIRO PATADA DE TALÓN:** Con pie izquierdo, desplazo 45° y desliza (torea) derecha defendiendo con palma izquierda, giro patada de talón circular con derecha a la cabeza (Moon Moo 41).