

PROGRAMA DE 5º DAN DE BASTON POLICIAL EXTENSIBLE

1. EL BASTON POLICIAL EXTENSIBLE

- a. HISTORIA
- b. NORMATIVA Y SENTENCIAS
- c. DESCRIPCION
- d. TIPOS
- e. UBICACION EN DEFENSA PERSONAL POLICIAL
- f. UBICACION EN LA OPERATIVA POLICIAL
- g. EMPUÑAMIENTO. - ABIERTO/CERRADO
- h. EXTRACCION. - ABIERTO/CERRADO
- i. APERTURA Y CIERRE

2. TECNICAS DE BASE

a. POSICIONES FUNDAMENTALES

b. EJERCICIOS DE HABILIDAD

c. MOVIMIENTOS BASICOS

- 1) **M 1- EMPUÑAMIENTO LARGO**
 - 1) MOVIMIENTOS ALTOS
 - 2) MOVIMIENTOS MEDIOS
 - 3) MOVIMIENTOS BAJOS
- 2) **M 2- EMPUÑAMIENTO CORTO**
 - 1) MOVIMIENTOS MEDIOS
 - 2) MOVIMIENTOS ASCENDENTES
 - 3) MOVIMIENTOS DESCENDENTES
- 3) **M 3- CERRADO LARGO**
 - 1) ALTO
 - 2) MEDIO
 - 3) BAJO
- 4) **M 4- CERRADO CORTO**
 - 1) ENVOLVENTE ALTO
 - 2) ENVOLVENTE MEDIO
 - 3) ENVOLVENTE BAJO
- 5) **M 5- EMPUÑAMIENTO DOBLE PARA ATEMI DE
DISTRACCION**
 - 1) CON PUNTA
 - 2) CON TALON
- 6) **M 6- EMPUÑAMIENTO DOBLE COMO ELEMENTO
DE CONTENCIÓN.**

- 1) EMPUÑAMIENTO LARGO
- 2) EMPUÑAMIENTO CORTO
- 7) **M7- EMPUÑAMIENTO MEDIO**

d. TRABAJO DE DEFENSA Y ATAQUE

- 1) CIELO
- 2) ESTANDAR
- 3) TIERRA
- 4) DOS A UNO
- 5) CAMBIO DE GUARDIA Y MANO
- 6) **COMBATE CON PROTECCIONES**

e. PUNTOS VULNERABLES Y DE PRESION

f. FORMAS DE BLOQUEO

- 1) AGARRE DOBLE. - ANTE PUÑO
- 2) AGARRE DOBLE ANTE PATADA
- 3) EMPUÑAMIENTO CORTO ANTE PUÑETAZO
- 4) EMPUÑAMIENTO CORTO ANTE PATADA
- 5) CERRADO ANTE PUÑO
- 6) CERRADO ANTE PATADA

g. TECNICAS DE LUXACION ("L")

- 1) **L1-L7**

h. CONTROLES EN EL SUELO ("CS"):

DE CS1 a **CS11-**

i. REDUCCIONES ("R"):

DE R1 a R4

j. PROYECCIONES ("PY"):
DE PY1 a PY 6-

3. DEFENSA PERSONAL

1) RESOLUCION ANTE AGARRES BASICOS

1. MUÑECA MANO NO ARMADA

a. CON MANO IZQUIERDA.

- 1) EMPUÑAMIENTO LARGO.
- 2) CERRADO.

b. CON MANO DERECHA

- 1) EMPUÑAMIENTO LARGO-
- 2) CERRADO-

2. MUÑECA MANO ARMADA

a. CON MANO IZQUIERDA

- 1) E. LARGO. -
- 2) CERRADO. -

b. CON MANO DERECHA.

- 1) E. LARGO-
- 2) CERRADO-

3. SOLAPAS

a. CON MANO- DERECHA

- 1) E. LARGO-
- 2) CERRADO-
- 3) E. CORTO. -
- 4) E. DOBLE-

b. CON MANO IZQUIERDA

- 1) E. LARGO-
- 2) CERRADO-
- 3) E. CORTO. -
- 1) E. DOBLE-

2) A TERCERAS PERSONAS

a. DOS MANOS AL CUELLO

- 1) E. LARGO -
- 2) CERRADO -
- 3) E. CORTO-

3) RESOLUCION ANTE ATAQUE CON ARMAS CONTUNDENTES

- a. ANTE ATAQUE DIRECTO A CABEZA
- a. ATAQUE DE REVES

4) RESOLUCION ANTE AGRESIONES CON ARMAS CORTANTES/PUNZANTES.

- a. ATAQUE DIRECTO
- b. ATAQUE DESCENDENTE
- c. ATAQUE ASCENDENTE
- d. CORTE LATERAL
- e. CORTE DE REVES

4. PRACTICA POLICIAL

a. DETENCIONES (“D”):

DE D1 a **D10-**

b. ESPOSAMIENTOS

SITUACION DE ALERTA (“Esposamiento A”):

DE ESPOSAMIENTO A9 a ESPOSAMIENTO A14

SITUACION DE PELIGRO (Esposamiento P)

1. **P6-**

- c. LAZOS
- d. BRIDAS DE SEGURIDAD

e. CONDUCCIONES (“C”):

DE C10 a C16, C19, C20, C 21, **C26.-**

f. CONTROL DE PERSONAS (“CP”):

DE CP1 a CP4- **CP5-**

g. EXTRACCION DE PERSONAS DEL INTERIOR DE VEHICULOS (“V”)

1) V1 a V11

KATA DE BASTON POLICIAL EXTENSIBLE

2ª KATA DE DEFENS PERSONAL POLICIAL

KATA DE DEFENSA SEMIRIGIDA

KATA DE TONFA POLICIAL

COMBATE CON EL BLACK MAN

