

# PROGRAMA DE CINTURON MARRON DE BASTON POLICIAL EXTENSIBLE

## **1. EL BASTON POLICIAL EXTENSIBLE**

- a. DESCRIPCION
- b. TIPOS
- c. UBICACION EN DEFENSA PERSONAL POLICIAL
- d. UBICACION EN LA OPERATIVA POLICIAL
- e. EMPUÑAMIENTO. - ABIERTO/CERRADO
- f. EXTRACCION. - ABIERTO/CERRADO
- g. 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

### ***d. TECNICAS DE LUXACION***

- 1) **L1-**
- 2) **L2-**

**e. CONTROLES EN EL SUELO**

- 1) CS1-
- 2) CS2-
- 3) CS3-
- 4) CS4-

**f. REDUCCIONES**

- 1) R1.
- 2) R2-
- 3) R3-

**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) E. LARGO-
      - 3) CERRADO.
      - 4) CERRADO

**4. PRACTICA POLICIAL**

**a. DETENCIONES**

- 1) D1.-
- 2) D2.-
- 3) D3.-

## **b. ESPOSAMIENTOS**

### **SITUACION DE ALERTA**

1. Esposamiento **A9** .

## **c. CONDUCCIONES**

- 1) C10.-10ª CONDUCCIÓN:

**TRES PRIMEROS GRUPOS DE LA KATA DE BASTON  
POLICIAL EXTENSIBLE**

