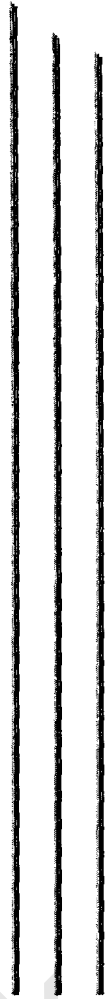


مهارات الركل في الووشو



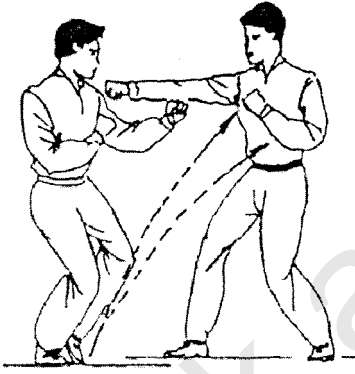
obeikandi.com

المهارة الأولى، ركلة الزنبرك الأمامية «تشنج تان توى»

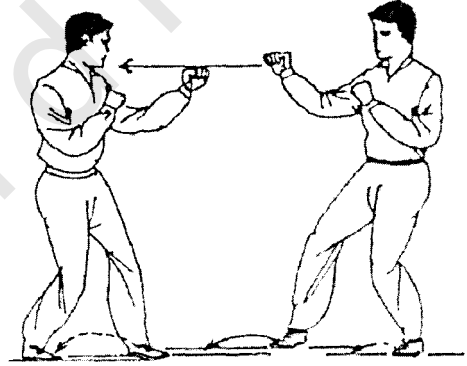
Skill No.«1»:Forward Spring Kick «Zheng Tan Tui»

المثال الأول:

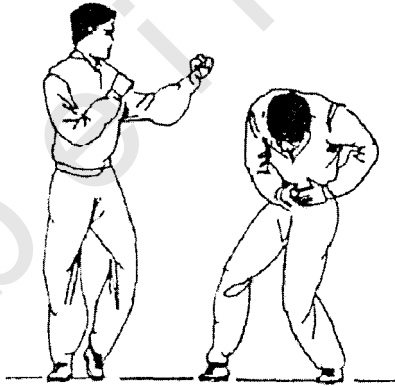
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ١».
- ٢- الخصم يهاجم بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى منطقة الوجه، دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى الخلف بالقدم اليسرى. «الشكل ٢».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم بتسديد ركلة زنبرك أمامية يسرى إلى منطقة البطن، أو الصدر. «الشكل ٣».
- ٤- يصاب الخصم. «الشكل ٤».



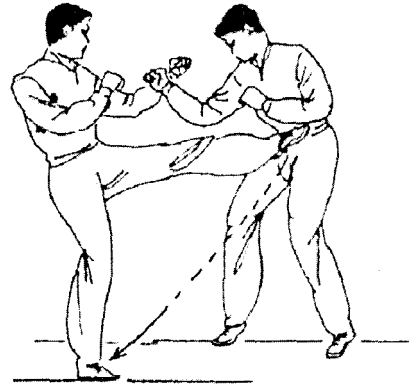
شكل ٢



شكل ١



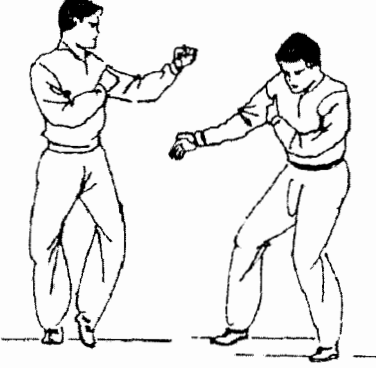
شكل ٤



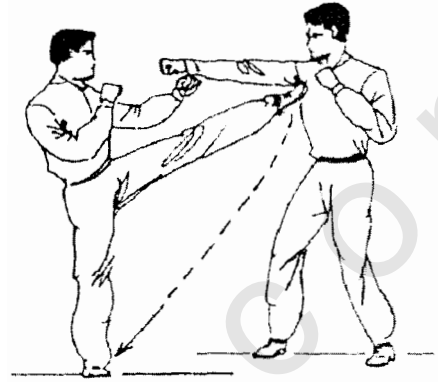
شكل ٣

المثال الثاني:

كما في المثال الأول، لكن مع تسديد الركلة إلى منطقة الإبط الأيمن. «الشكل ٥ و ٦».



شكل ٦



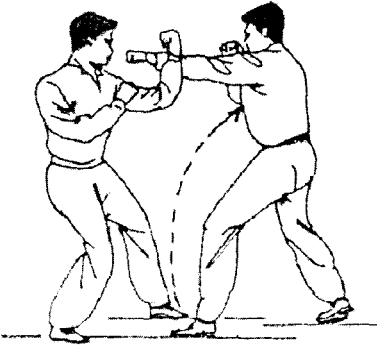
شكل ٥

المثال الثالث:

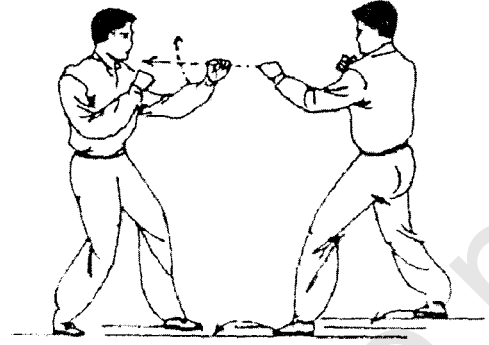
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٧».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٨».

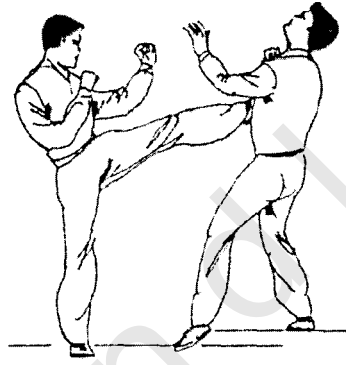
٣- فور ذلك، هاجم الخصم بتسديد ركلة زنبرك أمامية يسرى إلى منطقة فم المعدة. «الشكل ٩».



شكل ٨



شكل ٧



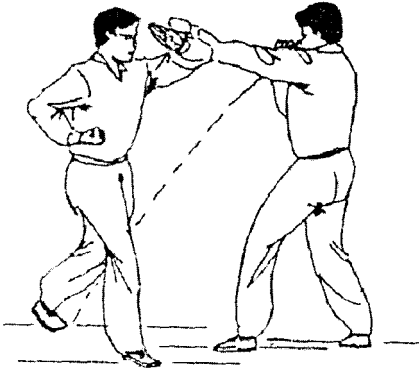
شكل ٩

المثال الرابع:

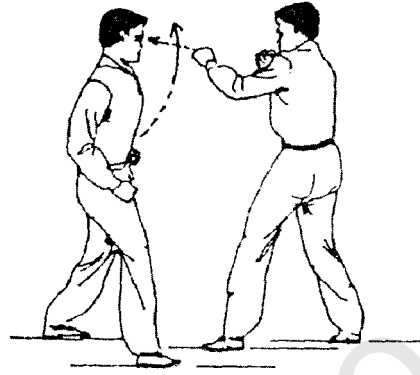
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ١٠».

٢- الخصم يهاجم بتسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ١١».

٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة زنبرك أمامية يسرى إلى منطقة الذقن. «الشكل ١٢».



شكل ١١



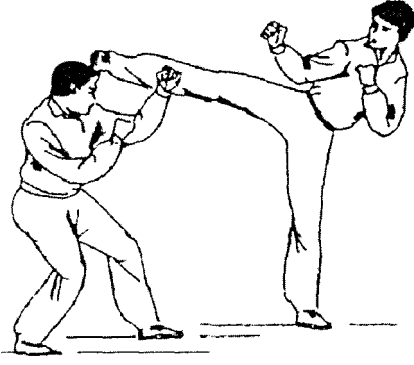
شكل ١٠



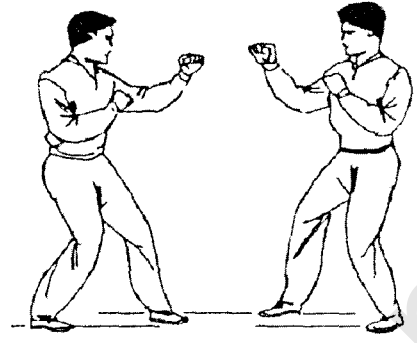
شكل ١٢

المثال الخامس:

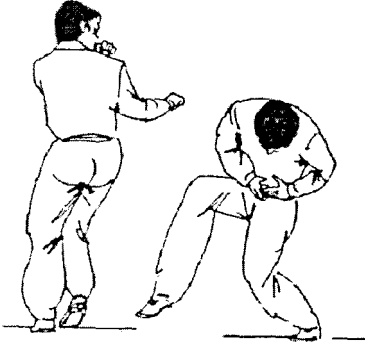
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ١٣».
- ٢- الخصم يهاجم بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بخفض الجسم إلى الأسفل. «الشكل ١٤».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم بتسديد ركلة زنبرك أمامية يمنى إلى منطقة أسفل البطن. «الشكل ١٥».
- ٤- يصاب الخصم. «الشكل ١٦».



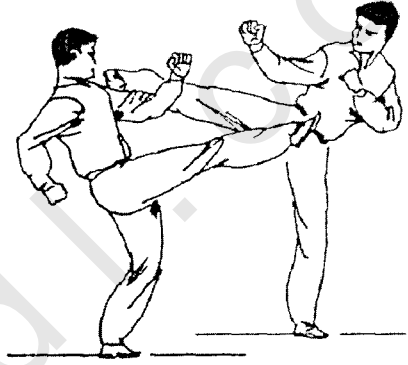
شكل ١٤



شكل ١٣



شكل ١٦



شكل ١٥

المثال السادس:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد

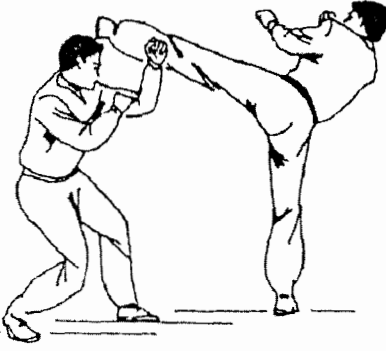
للقتال «أيسر». «الشكل ١٧».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى

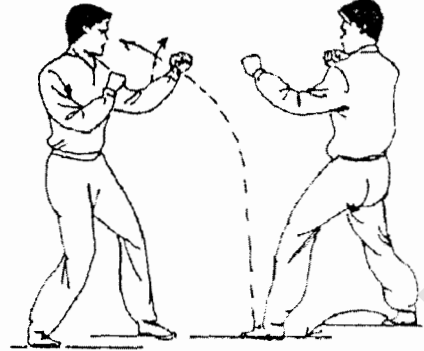
إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ١٨».

٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة زنبرك أمامية يمينى إلى منطقة خلف

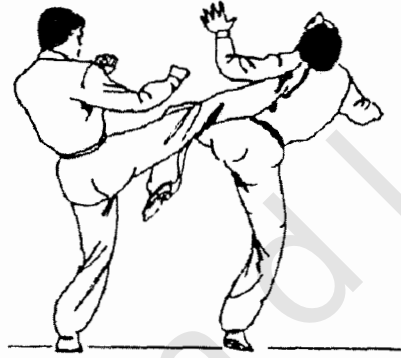
الرأس. «الشكل ١٩».



شكل ١٨



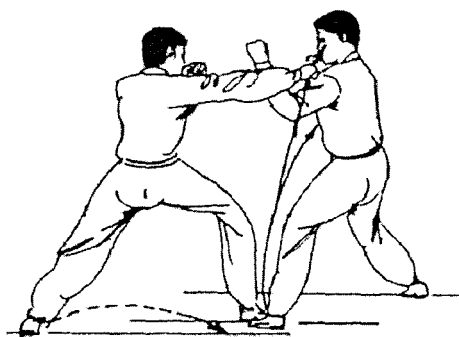
شكل ١٧



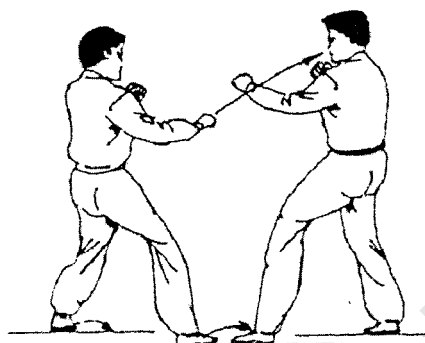
شكل ١٩

المثال السابع:

- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٢٠».
- ٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى منطقة الوجه. يدافع الخصم ضد الهجمة، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٢١».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بالخطو إلى الأمام بالقدم اليسرى لتقليل المسافة القتالية، ثم تسديد ركلة زنبرك أمامية يمينى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٢٢».



شکل ۲۱



شکل ۲۰



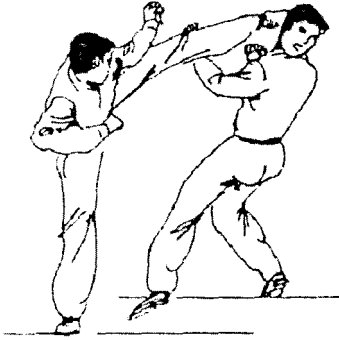
شکل ۲۲

المهارة الثانية: ركلة الزنبرك الجانبية «سي تان توي»

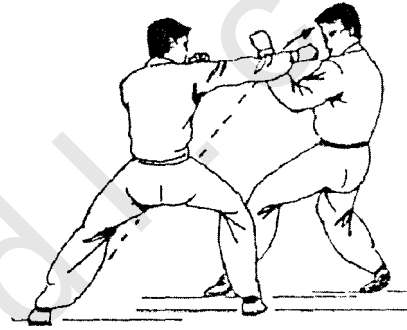
Skill No.«2»:Side Spring Kick «Ce Tan Tui»

المثال الأول:

- ١- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بتسديد لكمة مستقيمة يمنى إلى منطقة الوجه. يدافع الخصم ضد الهجمة، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٢٣».
- ٢- فور ذلك، هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بتسديد ركلة زنبرك جانبية يسرى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٢٤».



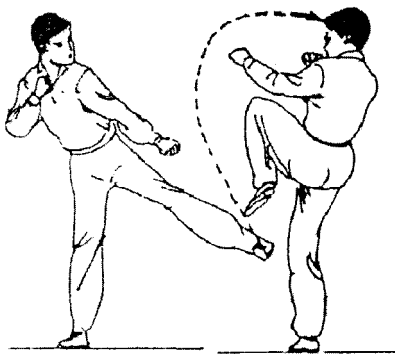
شكل ٢٤



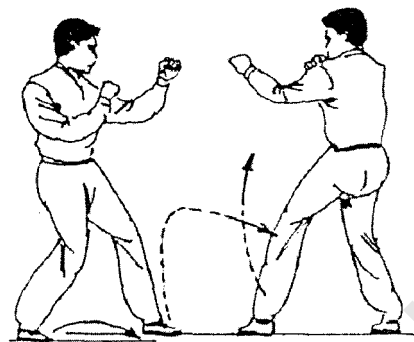
شكل ٢٣

المثال الثاني:

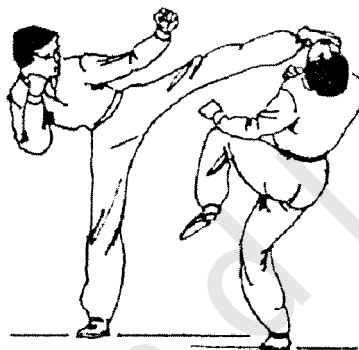
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٢٥».
- ٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بالخطو إلى الأمام بالقدم اليمنى «لتقليل المسافة القتالية»، ثم تسديد ركلة جانبية منخفضة بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الركبة اليسرى. يدافع الخصم ضد الهجمة، برفع الركبة اليسرى إلى الأعلى. «الشكل ٢٦».
- ٣- فور ذلك، فاجئ الخصم بهجمة غير متوقعة «هجمة حقيقية»، «بتحويل الهجوم من الأسفل إلى الأعلى»، بتسديد ركلة زنبرك جانبية يسرى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٢٧».



شكل ٢٦



شكل ٢٥



شكل ٢٧

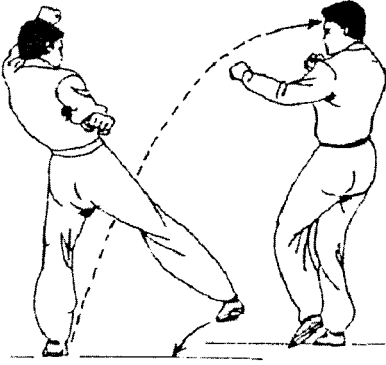
المثال الثالث:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». (الشكل ٢٨).

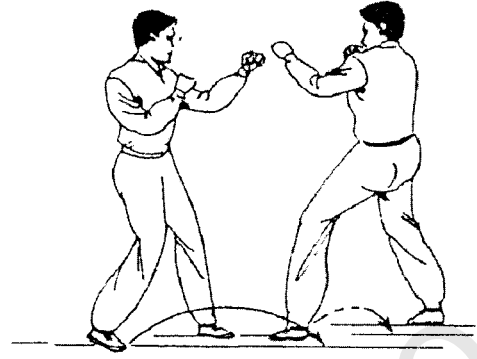
٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بتسديد ركلة خطافية يميني إلى منطقة عقب القدم اليسرى.

يدافع الخصم ضد الهجمة، بالخطو إلى الخلف بالقدم اليسرى. (الشكل ٢٩).

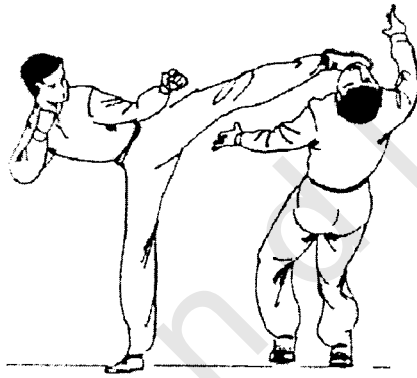
٣- فور ذلك، فاجئ الخصم بهجمة غير متوقعة «هجمة حقيقية»، «بتحويل الهجوم من الأسفل إلى الأعلى» بتسديد ركلة زنبرك جانبية يسرى إلى منطقة الوجه.



شكل ٢٩



شكل ٢٨



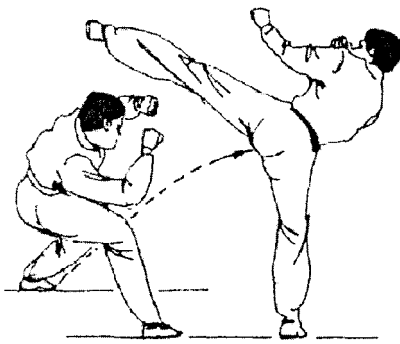
شكل ٣٠

المثال الرابع:

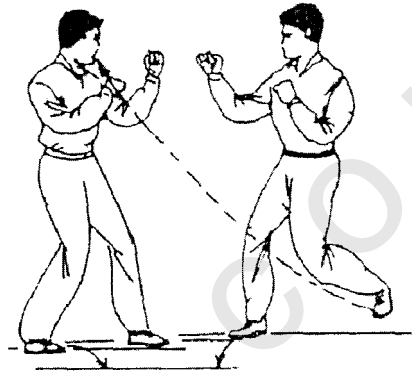
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٣١».
- ٢- الخصم يهاجم، بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بخفض الجسم إلى الأسفل. «الشكل ٣٢».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم «متنهماً فرصة كشف ثغرة في الجزء الأوسط من

جسمه» بتسديد ركلة زنبرك جانبية يسرى إلى منطقة منفرج الرجلين أو أسفل البطن.
«الشكل ٣٣».

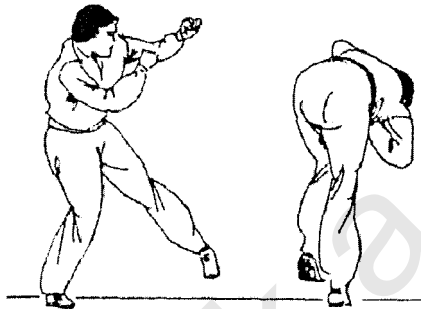
٤ - يصاب الخصم. «الشكل ٣٤».



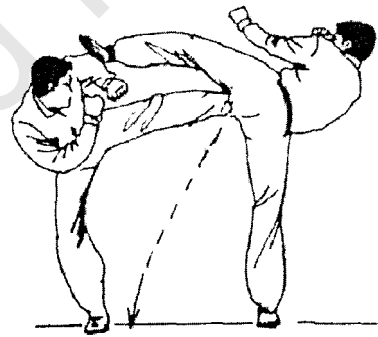
شكل ٣٢



شكل ٣١



شكل ٣٤



شكل ٣٣

المثال الخامس:

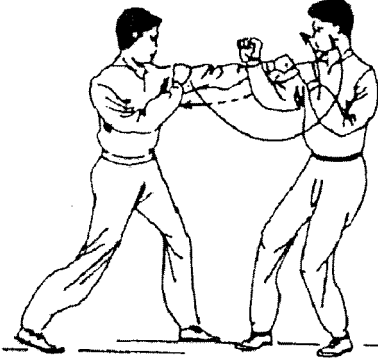
١ - قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٣٥».

٢ - هاجم الخصم، بتسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. يدافع الخصم ضد الهجمة، بالصد بالساعد الأيمن. «الشكل ٣٦».

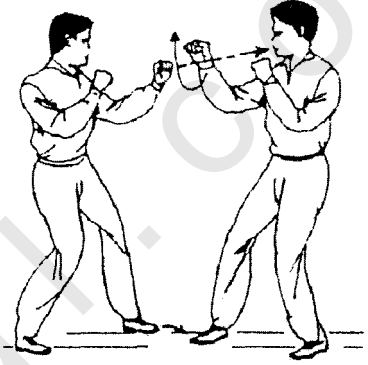
٣- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بتسديد لكمة متأرجحة يمينى إلى منطقة الوجه.
يدافع الخصم ضد الهجمة، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٣٧».

٤- فور ذلك، هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، «متنهزاً فرصة كشف ثغرة في الجزء الأوسط من جسمه» بتسديد ركلة زنبرك جانبية يمينى إلى منطقة الأضلاع اليسرى.
«الشكل ٣٨».

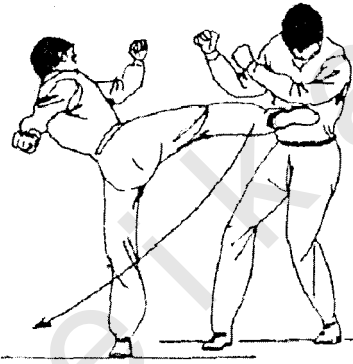
٥- يصاب الخصم ويسقط أرضاً. «الشكل ٣٩».



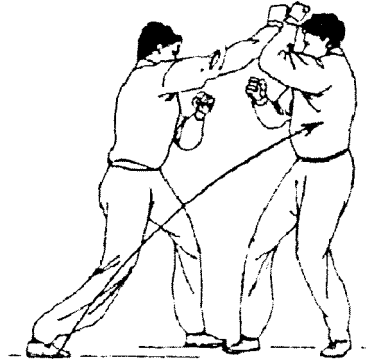
شكل ٣٦



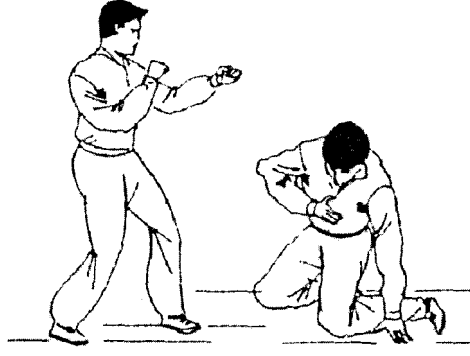
شكل ٣٥



شكل ٣٨



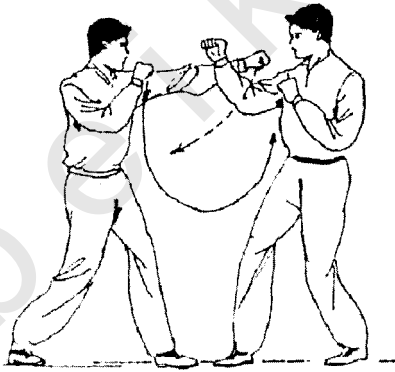
شكل ٣٧



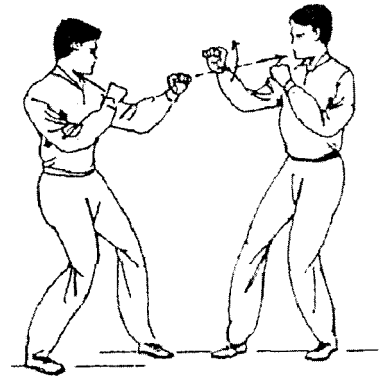
شكل ٣٩

المثال السادس:

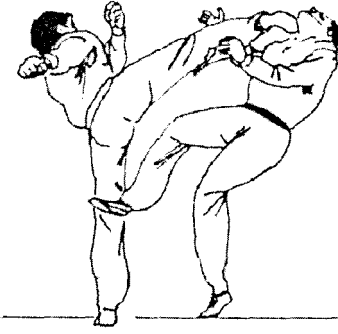
- ١ - قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٤٠».
- ٢ - هاجم الخصم، بتسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. يدافع الخصم ضد الهجمة، بالصد بالساعد الأيمن. «الشكل ٤١».
- ٣ - هاجم الخصم «هجمة زائفة» بتسديد لكمة خطافية يمنى إلى منطقة فم المعدة. يدافع الخصم ضد الهجمة، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٤٢».
- ٤ - فور ذلك، هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، «متنهزاً فرصة كشف ثغرة في الجزء العلوي من جسمه» بتسديد ركلة زنبرك جانبية يمنى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٤٣».



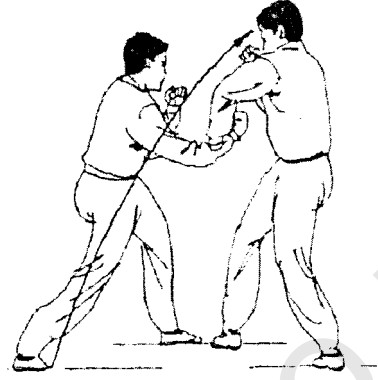
شكل ٤١



شكل ٤٠



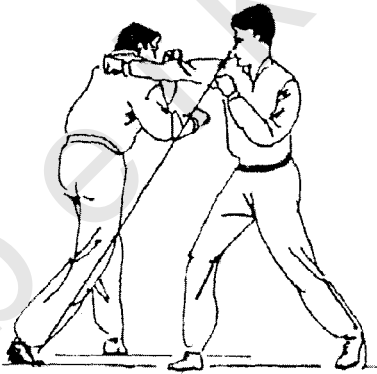
شكل ٤٣



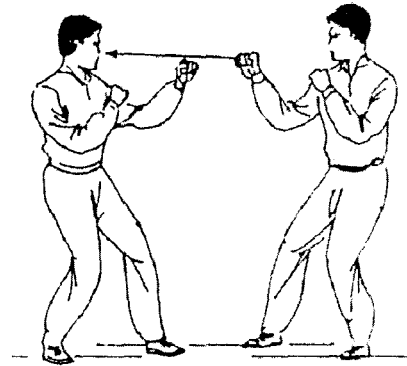
شكل ٤٢

المثال السابع:

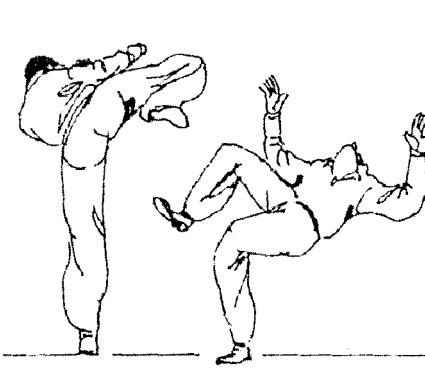
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٤٤».
- ٢- الخصم يهاجم، بتسديد لكمة مستقيمة يمنى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى اليسار بالقدم اليسرى. «الشكل ٤٥».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة زنبرك جانبية يمنى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٤٦».
- ٤- يصاب الخصم ويسقط أرضاً. «الشكل ٤٧».



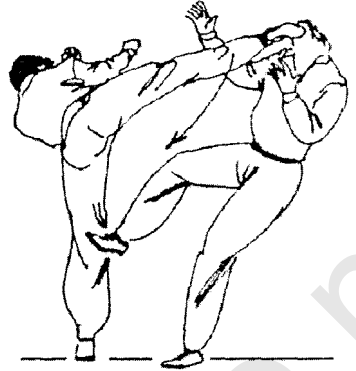
شكل ٤٥



شكل ٤٤



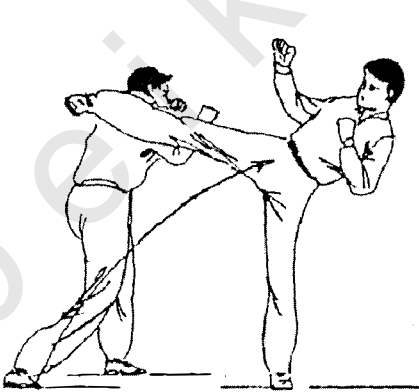
شكل ٤٧



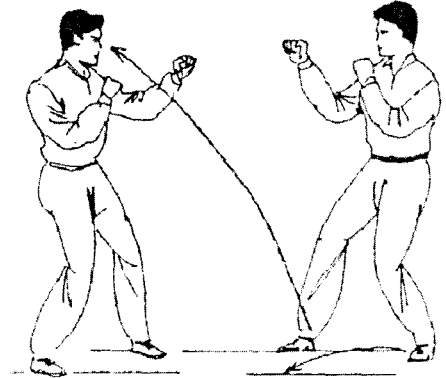
شكل ٤٦

المثال الثامن:

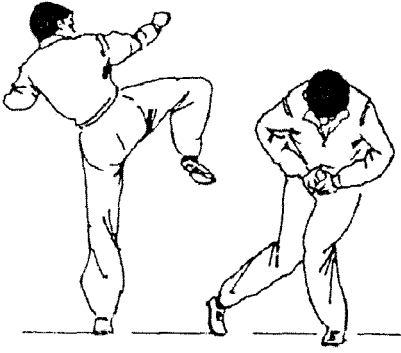
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٤٨».
- ٢- الخصم يهاجم بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى اليسار بالقدم اليسرى. «الشكل ٤٩».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة زنبرك جانبية يمنى إلى منطقة منفرج الرجلين. «الشكل ٥٠».
- ٤- يصاب الخصم. «الشكل ٥١».



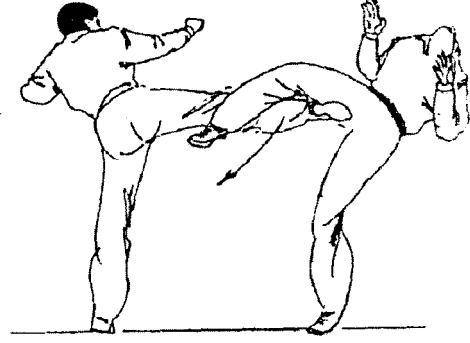
شكل ٤٩



شكل ٤٨



شكل ٥١



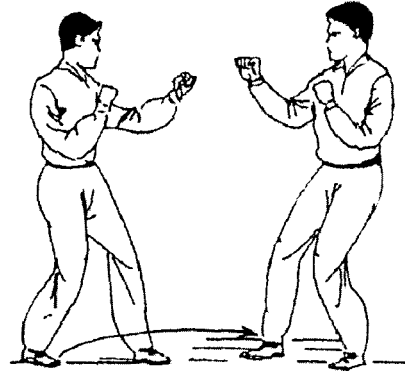
شكل ٥٠

المثال التاسع:

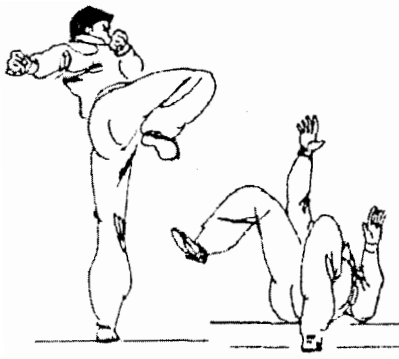
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٥٢».
- ٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بتسديد ركلة اعتراض يمنى إلى منطقة الساق اليمنى. يحاول الخصم أن يدافع ضد الهجمة. «الشكل ٥٣».
- ٣- فور ذلك، فاجئ الخصم بهجمة غير متوقعة «هجمة حقيقية»، «بتحويل الهجوم من الأسفل إلى الأعلى» بتسديد ركلة زنبرك جانبية يمنى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٥٤».
- ٤- يصاب الخصم ويسقط أرضاً. «الشكل ٥٥».



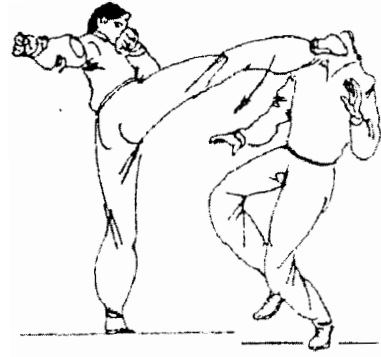
شكل ٥٣



شكل ٥٢



شكل ٥٥



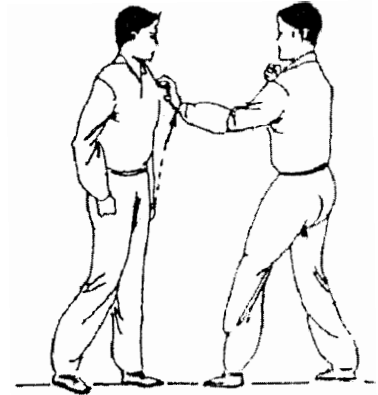
شكل ٥٤

المثال العاشر:

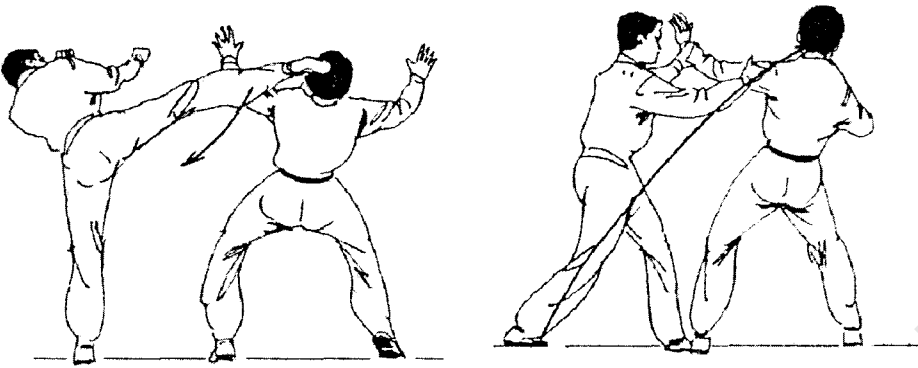
- ١- الخصم يهاجم، بالقبض بيده اليسرى على منطقة الكتف الأيسر. «الشكل ٥٦».
- ٢- دافع ضد هجمة الخصم، بالقبض على معصم يده اليسرى باليد اليسرى، ثم القبض باليد اليمنى على ذراعه اليسرى. «الشكلين ٥٧ و ٥٨».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة زنبرك جانبية يمينى إلى منطقة خلف الرأس. «الشكل ٥٩».
- ٤- يصاب الخصم ويسقط أرضاً. «الشكل ٦٠».



شكل ٥٧

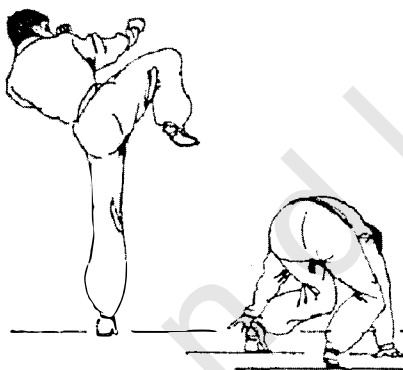


شكل ٥٦



شكل ٥٩

شكل ٥٨



شكل ٦٠

المثال الحادي عشر:

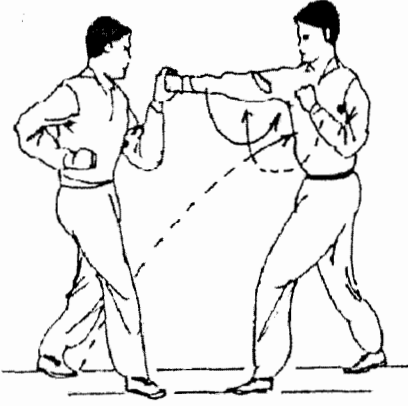
١- قف معتدلاً، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر».
«الشكل ٦١».

٢- الخصم يهاجم، بتسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى الخلف بالقدم اليسرى، مع الصد براحة اليد اليسرى.
«الشكل ٦٢».

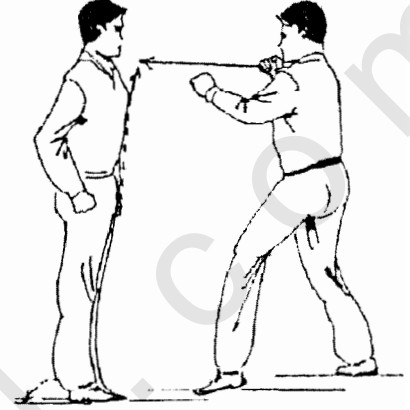
٣- هاجم الخصم «هجمة زائفة» بتسديد ركلة زنبرك أمامية يسرى إلى منطقة

البطن. يدافع الخصم ضد الهجمة، بالصد بكلتا الساعدين. «الشكلين ٦٣ و ٦٤».

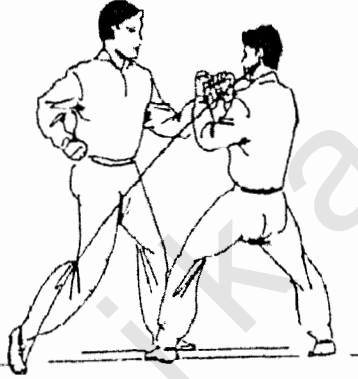
٤- فور ذلك، هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بتسديد ركلة زنبرك جانبية يمينى إلى منطقة خلف الرأس. «الشكل ٦٥».



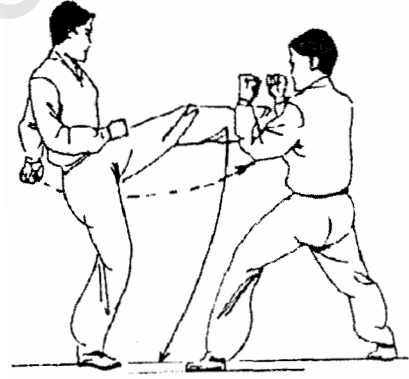
شكل ٦٢



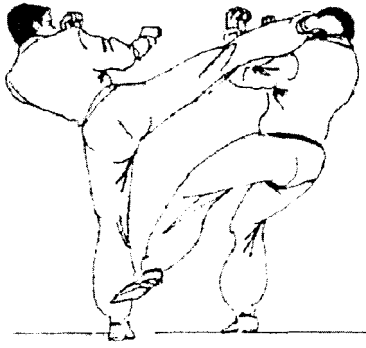
شكل ٦١



شكل ٦٤



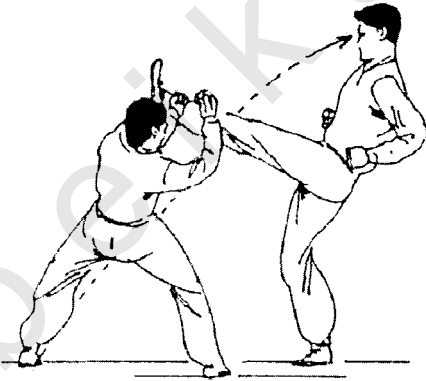
شكل ٦٣



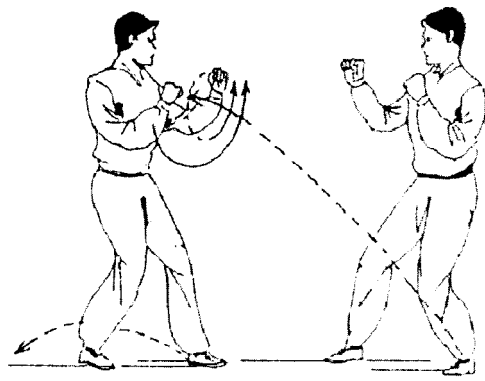
شكل ٦٥

المثال الثاني عشر:

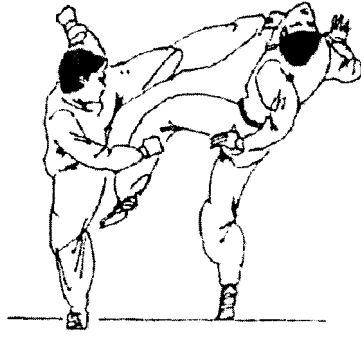
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٦٦».
- ٢- الخصم يهاجم، بتسديد ركلة عقب القدم اليسرى إلى منطقة الصدر. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى الخلف بالقدم اليسرى، مع الصد بالساعدين الأيمن والأيسر. «الشكل ٦٧».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم بتسديد ركلة زنبرك جانبية يسرى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٦٨».



شكل ٦٧



شكل ٦٦



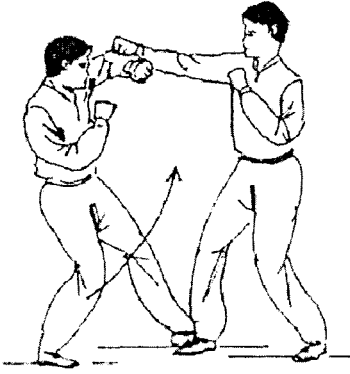
شکل ۶۸

المهارة الثالثة: ركلة عقب القدم «دنج توي»

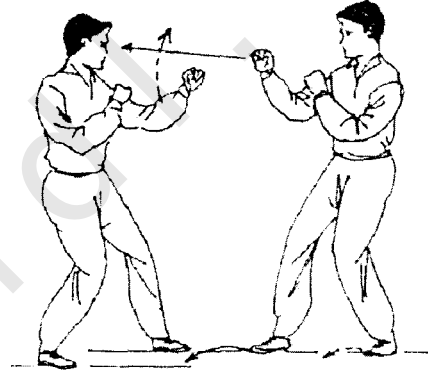
Skill No.«3»:Heel Kick «Deng Tui»

المثال الأول:

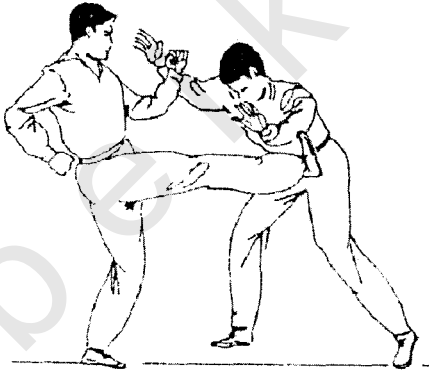
- ١ - قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٦٩».
- ٢ - الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٧٠».
- ٣ - فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة عقب القدم اليمنى إلى منطقة البطن. «الشكلين ٧١ و٧٢».



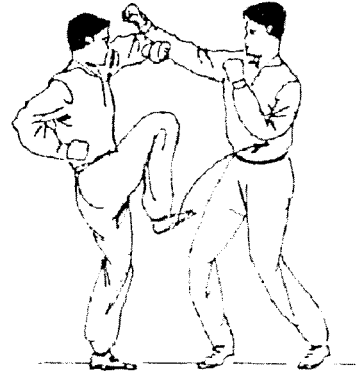
شكل ٧٠



شكل ٦٩



شكل ٧٢



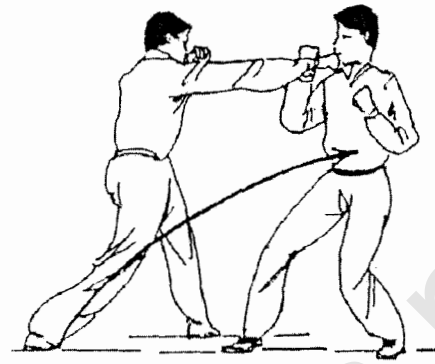
شكل ٧١

المثال الثاني:

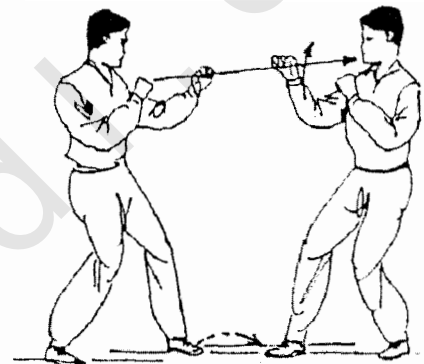
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٧٣».

٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بالخطو إلى الأمام بالقدم اليسرى «لتقليل المسافة القتالية» ثم تسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى منطقة الوجه. يدافع الخصم ضد الهجمة بالصد بالساعد الأيمن. «الشكل ٧٤».

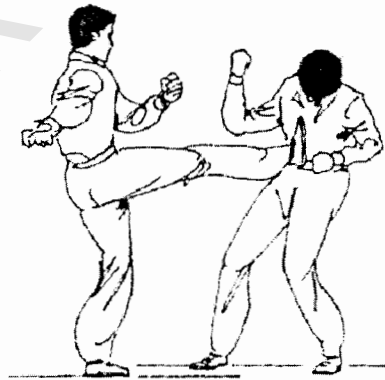
٣- فور ذلك، هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بتسديد ركلة عقب القدم اليمنى إلى منطقة البطن. «الشكل ٧٥».



شكل ٧٤



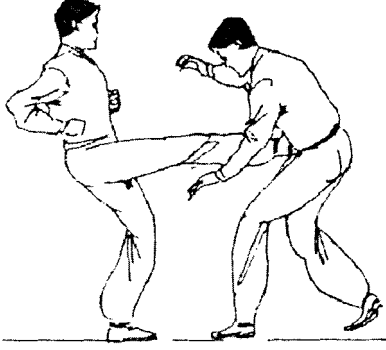
شكل ٧٣



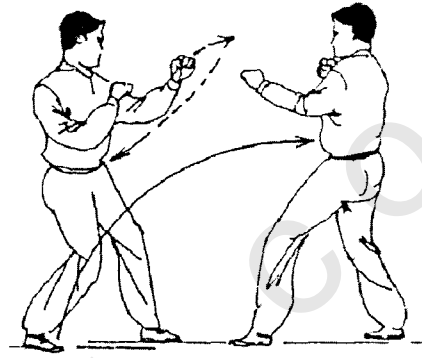
شكل ٧٥

المثال الثالث:

- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٧٦».
- ٢- هاجم الخصم، بتسديد ركلة عقب القدم اليمنى إلى منطقة البطن. «الشكل ٧٧».



شكل ٧٧



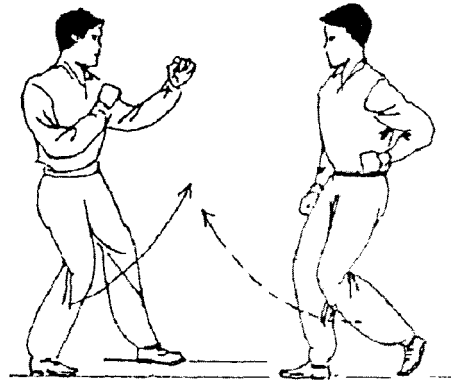
شكل ٧٦

المثال الرابع:

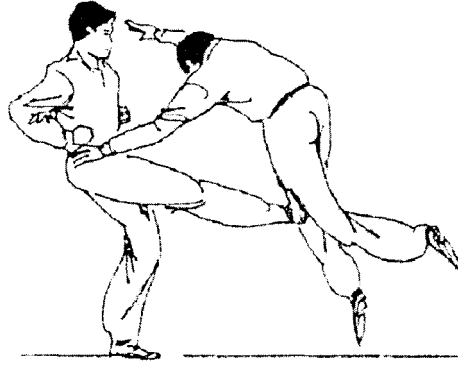
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما الخصم يحاول الهجوم بتسديد ركلة إلى الجزء الأوسط. «الشكل ٧٨».
- ٢- دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، بتسديد ركلة عقب القدم اليمنى إلى منطقة قصبة الساق اليسرى. «الشكلين ٧٩ و٨٠».



شكل ٧٩



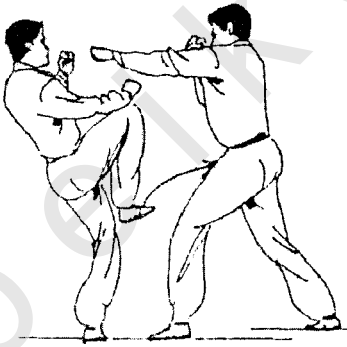
شكل ٧٨



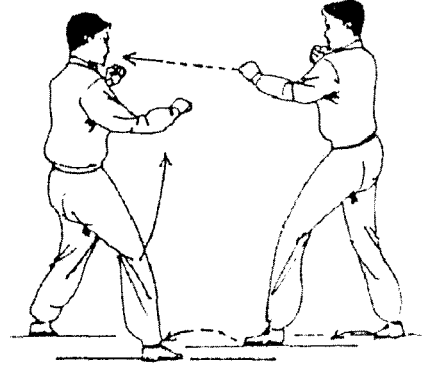
شكل ٨٠

المثال الخامس:

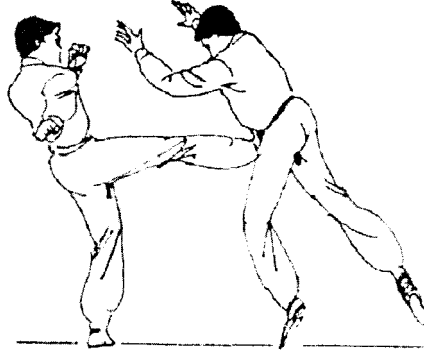
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٨١».
- ٢- الخصم يهاجم بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بثني الجذع إلى الخلف، واستعد للهجوم. «الشكل ٨٢».
- ٣- هاجم الخصم، بتسديد ركلة عقب القدم اليمنى إلى منطقة منفرج الرجلين. «الشكل ٨٣».



شكل ٨٢



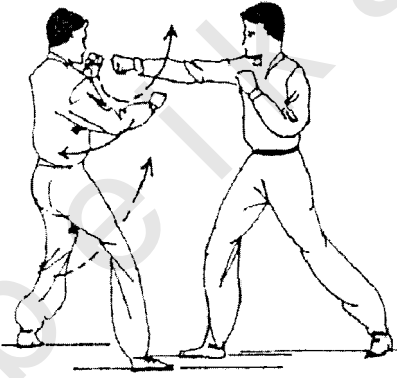
شكل ٨١



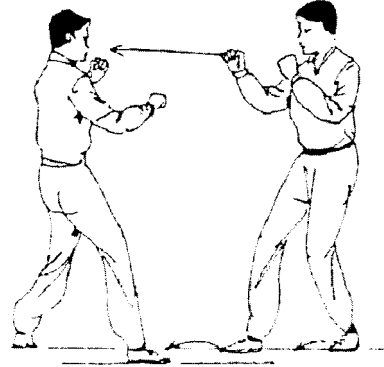
شكل ٨٣

المثال السادس:

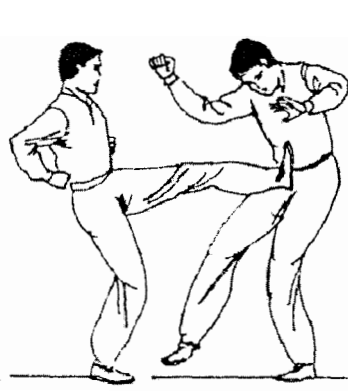
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٨٤».
- ٢- الخصم يهاجم بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يميني إلى منطقة الوجه. «الشكل ٨٥».
- ٣- دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيسر، واستعد للهجوم. «الشكل ٨٦».
- ٤- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة عقب القدم اليسرى إلى منطقة البطن. «الشكل ٨٧».



شكل ٨٥



شكل ٨٤



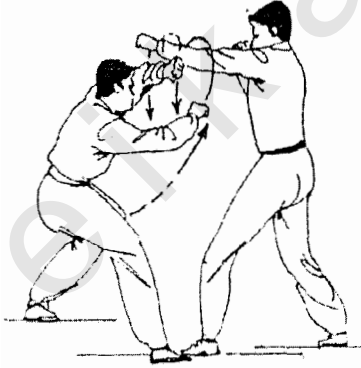
شكل ٨٧



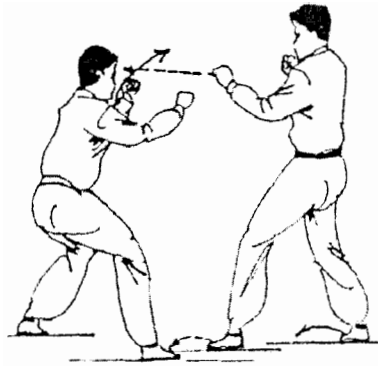
شكل ٨٦

المثال السابع:

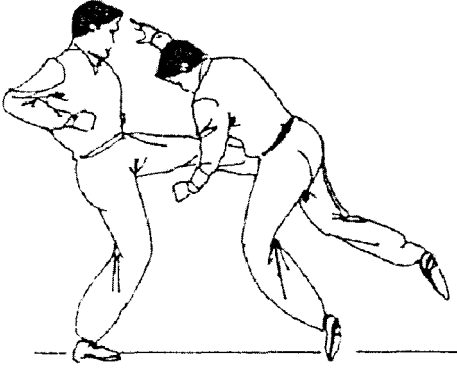
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٨٨».
- ٢- الخصم يهاجم بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٨٩».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالقبض بكلتا اليدين على ذراعه اليسرى، مع شده إلى الأسفل، ثم تسديد ركلة عقب القدم اليسرى إلى منطقة البطن. «الشكلين ٩٠ و٩١».



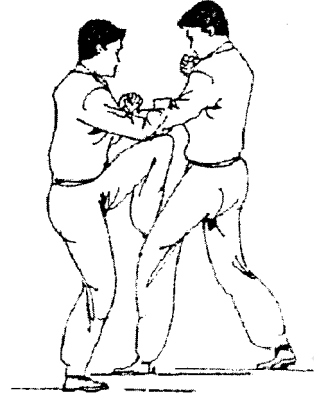
شكل ٨٩



شكل ٨٨



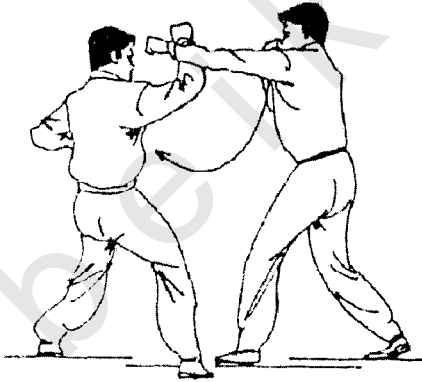
شكل ٩١



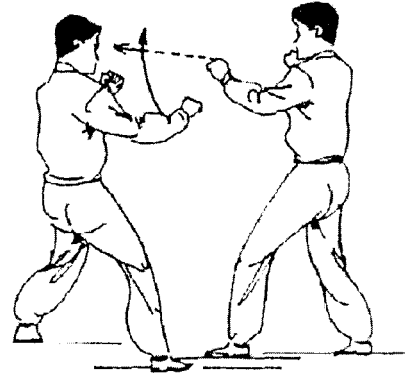
شكل ٩٠

المثال الثامن:

- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٩٢».
- ٢- الخصم يهاجم، بتسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيمن. «الشكل ٩٣».
- ٣- الخصم يهاجم، بتسديد لكمة خطافية يمنى إلى منطقة البطن. دافع ضد هجمة الخصم، برفع الركبة اليسرى إلى الأعلى. «الشكل ٩٤».
- ٤- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة عقب القدم اليسرى إلى منطقة منفرج الرجلين. «الشكلين ٩٥ و٩٦».



شكل ٩٣



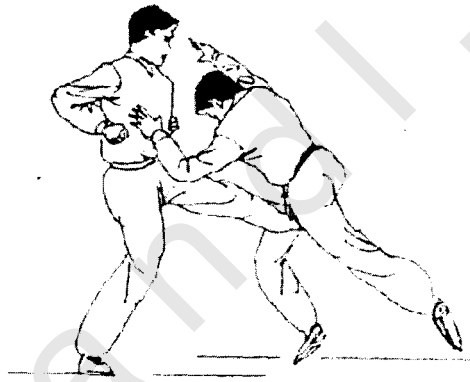
شكل ٩٢



شکل ۹۵



شکل ۹۴



شکل ۹۶

المهارة الرابعة: ركلة عقب القدم الجانبية «سي دنج توي»

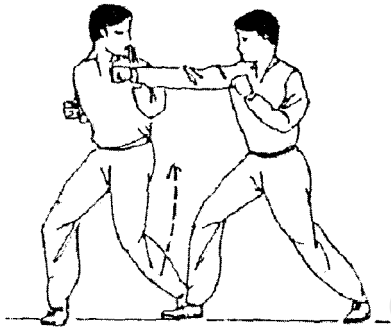
Skill No.«4»:Side Heel Kick «Ce Deng Tui»

المثال الأول:

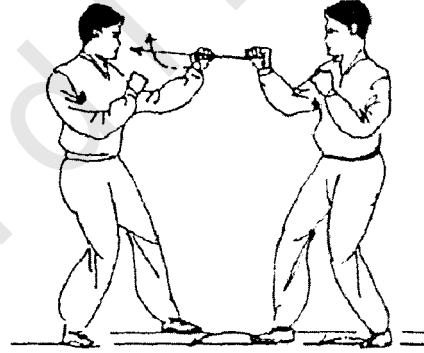
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٩٧».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بإدارة الجسم إلى اليمين، مع الصد براحة اليد اليسرى. «الشكل ٩٨».

٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة جانبية بعقب القدم اليسرى. «الشكلين ٩٩، ١٠٠».



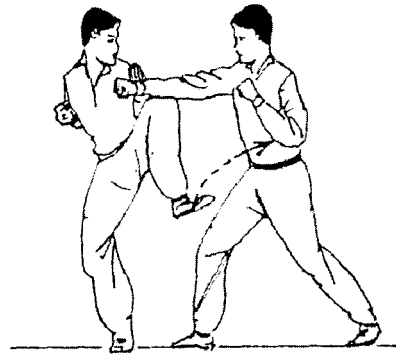
شكل ٩٨



شكل ٩٧



شكل ١٠٠



شكل ٩٩

المثال الثاني:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد

للقتال «أيمن». «الشكل ١٠١».

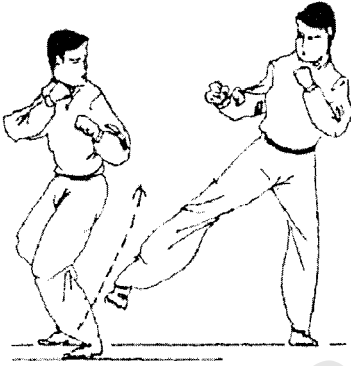
٢- الخصم يهاجم، بتسديد ركلة جانبية منخفضة بباطن القدم اليمنى إلى منطقة

قصبة الساق اليسرى. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى الخلف بالقدم اليسرى مع

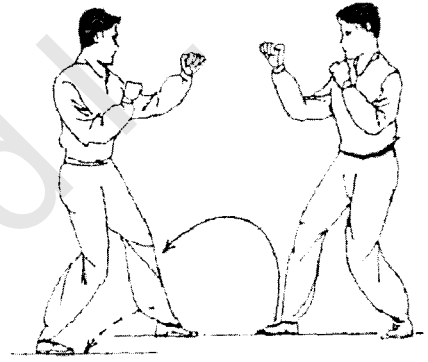
إدارة الجسم إلى اليمين. «الشكل ١٠٢».

٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة جانبية بعقب القدم اليسرى إلى منطقة

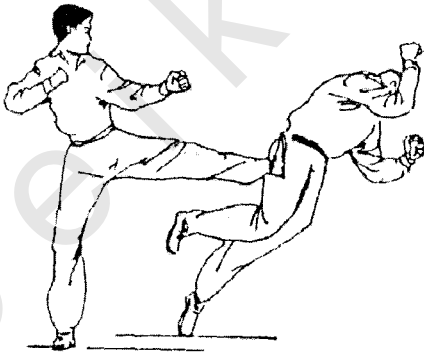
الفخذ اليمنى. «الشكلين ١٠٣ و ١٠٤».



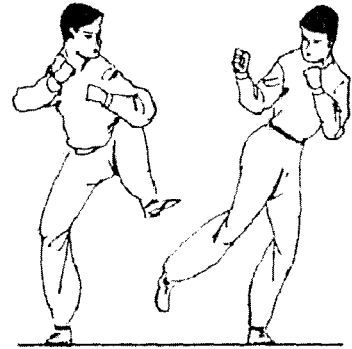
شكل ١٠٢



شكل ١٠١



شكل ١٠٤



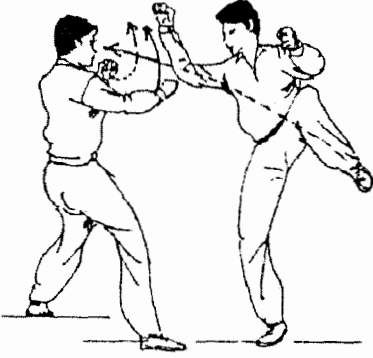
شكل ١٠٣

المثال الثالث:

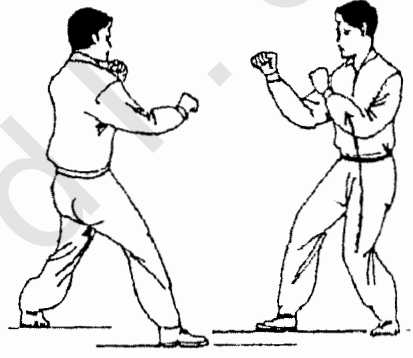
١- قف في وضع استعدادًا للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ١٠٥».

٢- الخصم يهاجم، بتسديد ركلة الزنبرك الجانبية اليسرى إلى الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بإدارة الجسم إلى اليمين مع الصد بكلتا الساعدين. «الشكلين ١٠٦ و ١٠٧».

٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة زنبرك جانبية بعقب القدم اليسرى إلى منطقة منفرج الرجلين. «الشكلين ١٠٨ و ١٠٩».



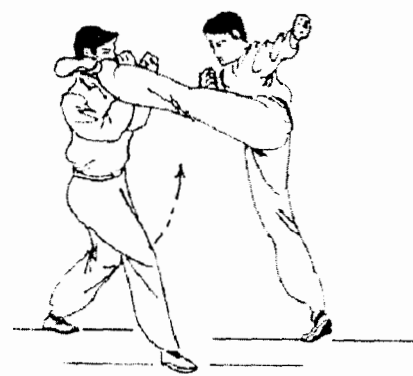
شكل ١٠٦



شكل ١٠٥



شكل ١٠٨



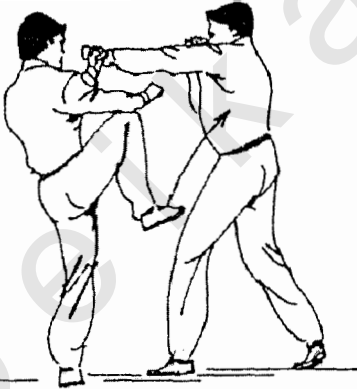
شكل ١٠٧



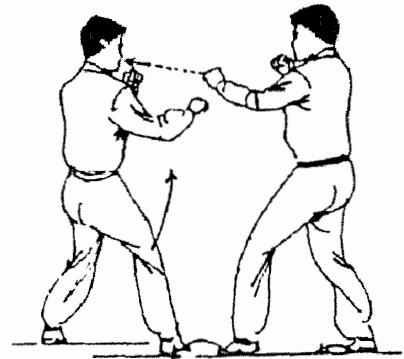
شكل ١٠٩

المثال الرابع:

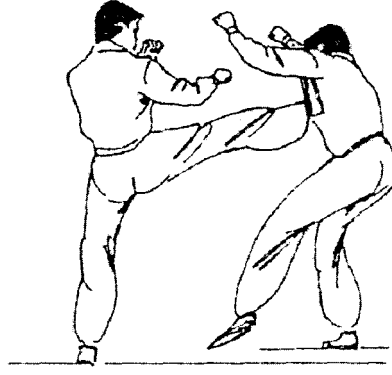
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ١١٠».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيسر، واستعد للهجوم. «الشكل ١١١».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة جانبية بعقب القدم اليمنى إلى منطقة الأضلاع اليسرى. «الشكل ١١٢».



شكل ١١١



شكل ١١٠



شكل ١١٢

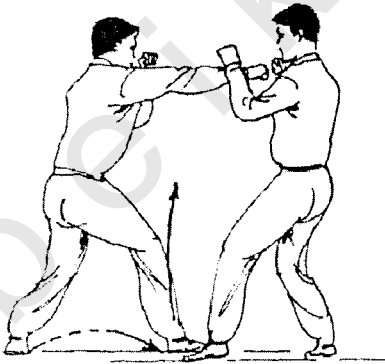
المثال الخامس:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ١١٣».

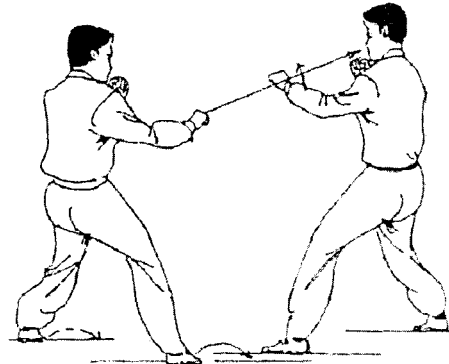
٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يميني إلى منطقة الوجه.

يدافع الخصم ضد الهجمة، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ١١٤».

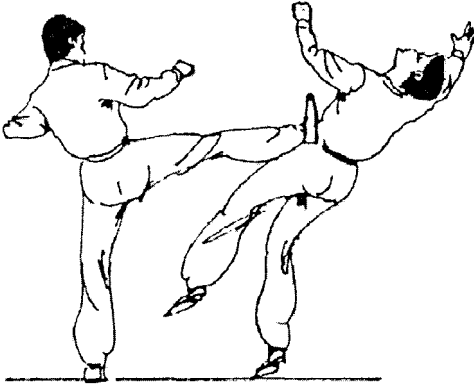
٣- هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بالخطو إلى الأمام بالقدم اليسرى «لتقليل المسافة القتالية»، ثم تسديد ركلة جانبية بعقب القدم اليميني إلى منطقة الأضلاع اليسرى. «الشكلين ١١٥ و ١١٦».



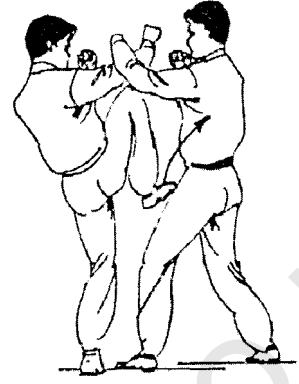
شكل ١١٤



شكل ١١٣



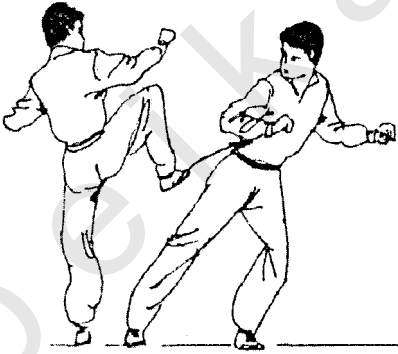
شكل ١١٦



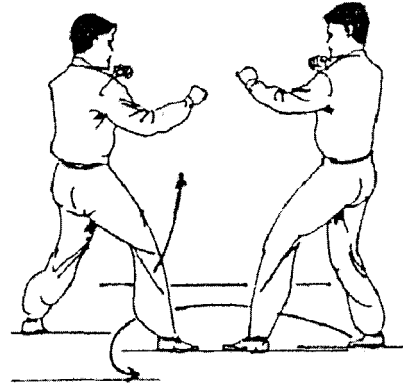
شكل ١١٥

المثال السادس:

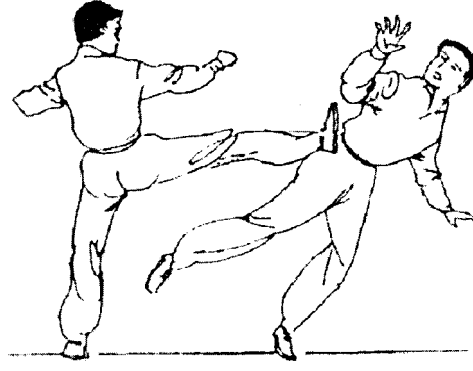
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ١١٧».
- ٢- الخصم يهاجم، بتسديد ركلة خطافية يمنى إلى عقب القدم اليمنى. دافع ضد هجمة الخصم، برفع الركبة اليمنى إلى الأعلى، واستعد للهجوم. «الشكل ١١٨».
- ٣- فور ذلك، فاجئ الخصم بهجمة غير متوقعة، بتسديد ركلة جانبية بعقب القدم اليمنى إلى منطقة الجانب الأيمن من الخصر. «الشكل ١١٩».



شكل ١١٨



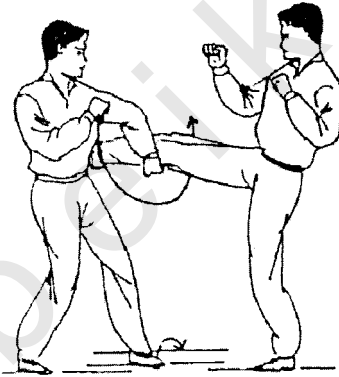
شكل ١١٧



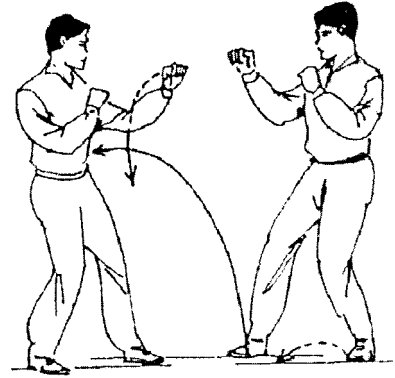
شكل ١١٩

المثال السابع:

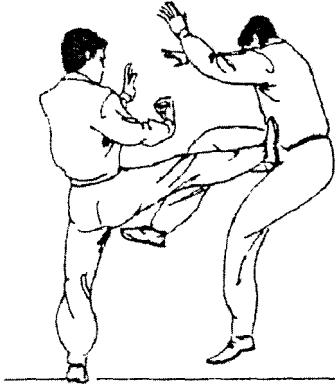
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ١٢٠».
- ٢- الخصم يهاجم بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة عقب القدم اليمنى إلى منطقة البطن. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ١٢١».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالقبض على رجله اليمنى باليد اليسرى، وتطويقها بالذراع اليمنى، مع إدارة الجسم إلى اليسار، ثم تسديد ركلة جانبية بعقب القدم اليمنى إلى منطقة منفرج الرجلين. «الشكلين ١٢٢ و ١٢٣».



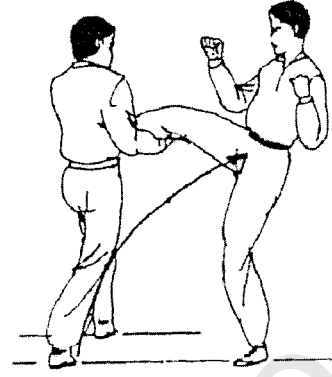
شكل ١٢١



شكل ١٢٠



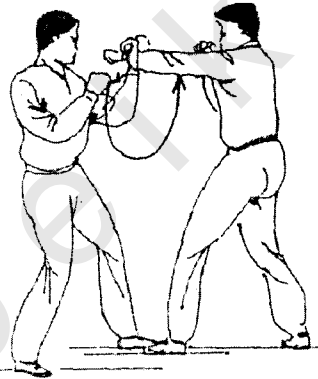
شكل ١٢٣



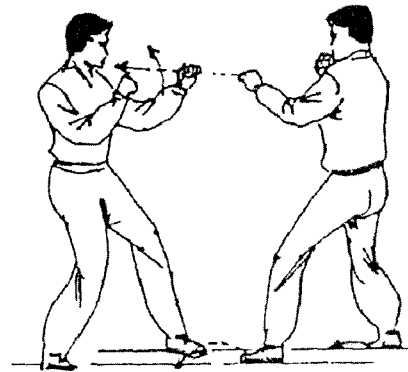
شكل ١٢٢

المثال الثامن:

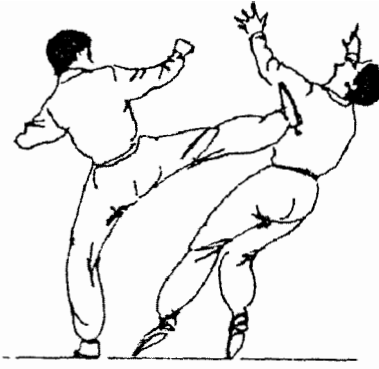
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». (الشكل ١٢٤).
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيسر. (الشكل ١٢٥).
- ٣- هاجم الخصم، بالقبض على ساعده الأيسر باليد اليسرى، ثم تسديد لكمة خطافية يمينى إلى مرفقه الأيسر، ثم تسديد ركلة جانبية بعقب القدم اليمينى إلى منطقة الجانب الأيسر من الخصر. (الشكلين ١٢٦ و ١٢٧).



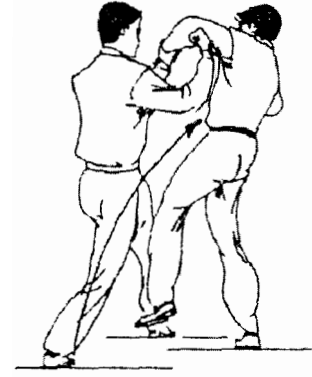
شكل ١٢٥



شكل ١٢٤



شكل ١٢٧



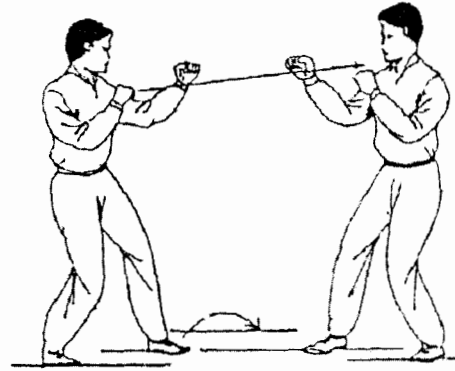
شكل ١٢٦

المثال التاسع:

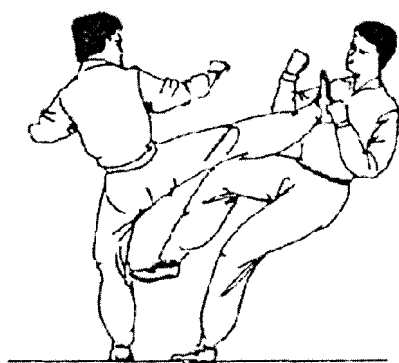
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ١٢٨».
- ٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يميني إلى منطقة الوجه. يدافع الخصم ضد الهجمة، بالصد بالساعد الأيمن. «الشكل ١٢٩».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بتسديد ركلة جانبية بعقب القدم اليمنى إلى منطقة البطن. «الشكل ١٣٠».



شكل ١٢٩



شكل ١٢٨

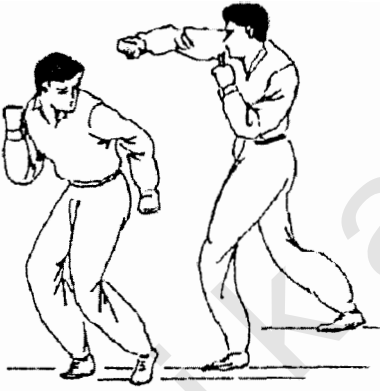


شکل ۱۳۰

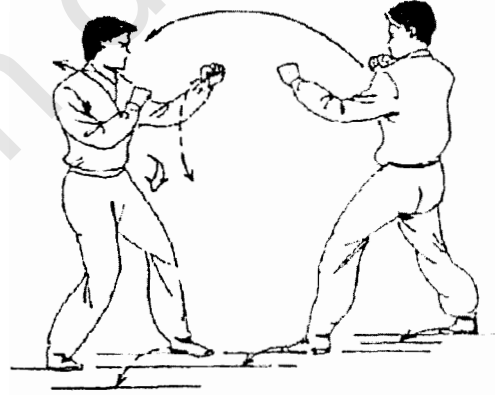
Skill No.«5»:Back Heel Kick «Hou Deng Tui».

المثال الأول:

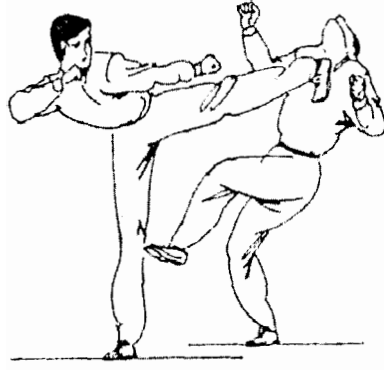
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ١٣١».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة متأرجحة يميني إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى الخلف بالقدم اليسرى، مع خفض الجسم إلى الأسفل. «الشكل ١٣٢».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بإدارة الجسم إلى الخلف، ثم تسديد ركلة خلفية بعقب القدم اليسرى إلى منطقة الصدر أو الوجه. «الشكل ١٣٣».



شكل ١٣٢



شكل ١٣١



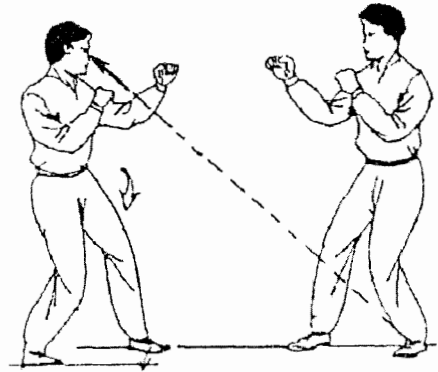
شكل ١٣٣

المثال الثاني:

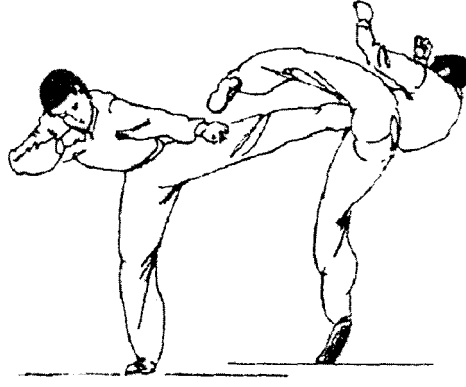
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ١٣٤».
- ٢- الخصم يهاجم، بتسديد ركلة الزنبرك الجانبية اليسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بخفض الجسم إلى الأسفل. «الشكل ١٣٥».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم «منتهازاً فرصة كشف ثغرة في الجزء الأوسط من جسمه» بإدارة الجسم إلى الخلف، ثم تسديد ركلة خلفية بعقب القدم اليسرى إلى منطقة البطن أو منفرج الرجلين. «الشكل ١٣٦».



شكل ١٣٥



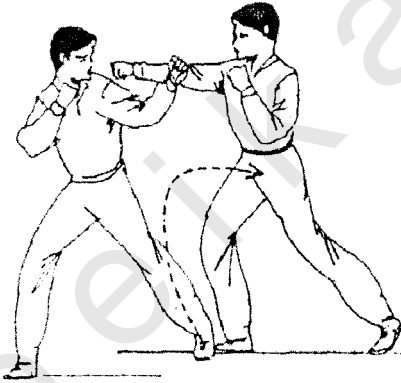
شكل ١٣٤



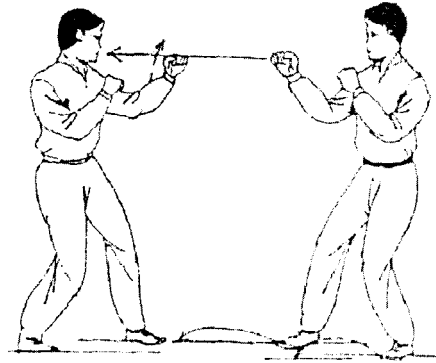
شكل ١٣٦

المثال الثالث:

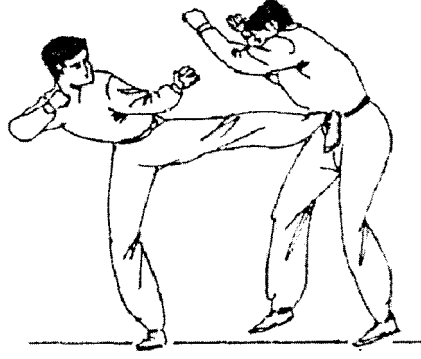
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ١٣٧».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ١٣٨».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة خلفية بعقب القدم اليسرى إلى منطقة البطن. «الشكل ١٣٩».



شكل ١٣٨



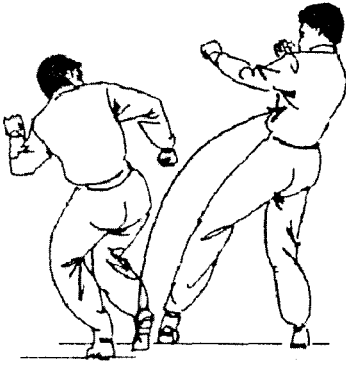
شكل ١٣٧



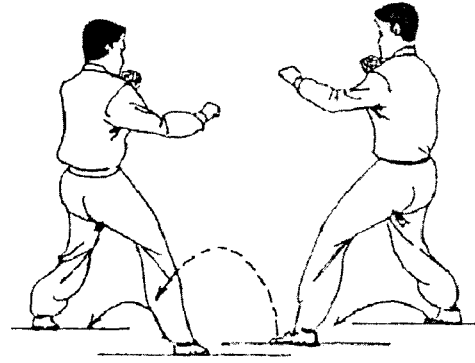
شكل ١٣٩

المثال الرابع:

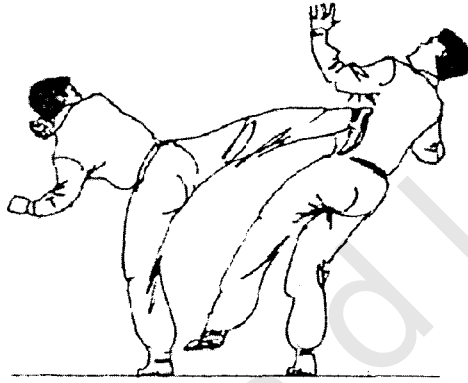
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ١٤٠».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة خطافية يسرى إلى منطقة سمانة الساق اليمنى. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى الخلف بالقدم اليمنى. «الشكل ١٤١».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم بإدارة الجسم إلى الخلف، ثم تسديد ركلة خلفية بعقب القدم اليمنى إلى منطقة الأضلاع اليسرى. «الشكل ١٤٢».



شكل ١٤١



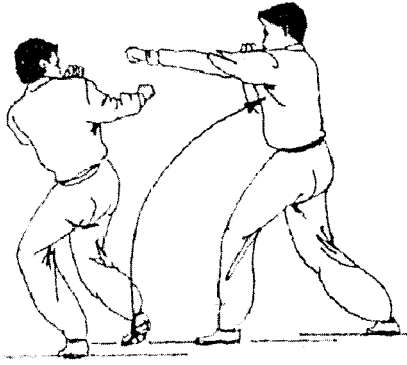
شكل ١٤٠



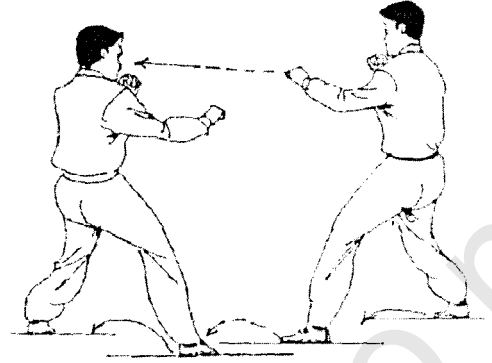
شكل ١٤٢

المثال الخامس:

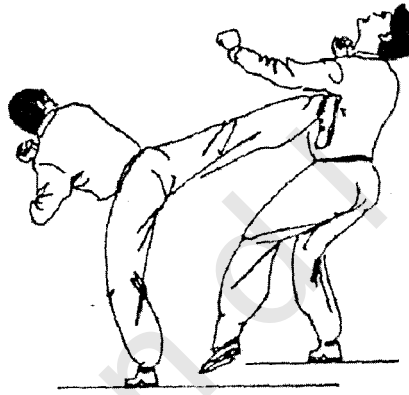
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ١٤٣».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى الخلف بالقدم اليمنى. «الشكل ١٤٤».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بإدارة الجسم إلى الخلف، ثم تسديد ركلة خلفية بعقب القدم اليمنى إلى منطقة الإبط الأيسر. «الشكل ١٤٥».



شكل ١٤٤



شكل ١٤٣

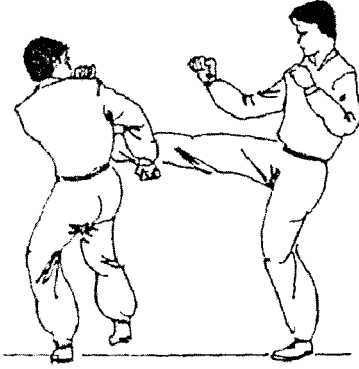


شكل ١٤٥

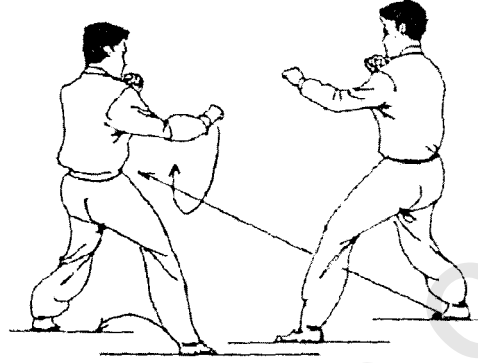
المثال السادس:

- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ١٤٦».
- ٢- الخصم يهاجم، بتسديد ركلة الزنبرك الأمامية اليمنى إلى منطقة البطن. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى الخلف بالقدم اليمنى، والصد بالساعد الأيمن. «الشكل ١٤٧».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بإدارة الجسم إلى الخلف، ثم تسديد ركلة خلفية

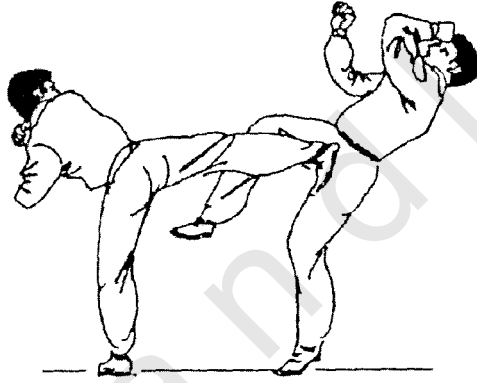
بعقب القدم اليمنى إلى منطقة منفرج الرجلين. «الشكل ١٤٨».



شكل ١٤٧



شكل ١٤٦

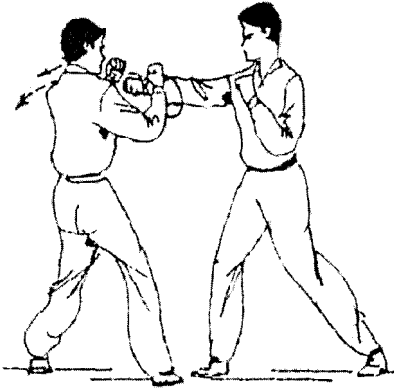


شكل ١٤٨

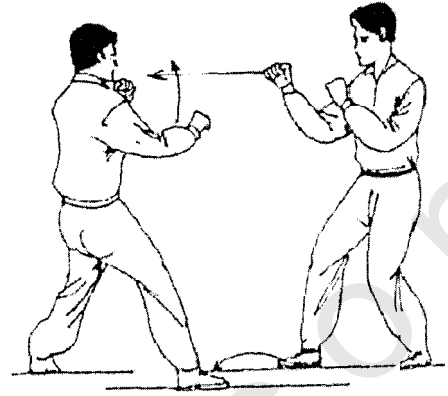
المثال السابع:

- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ١٤٩».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمنى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيمن. «الشكل ١٥٠».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالقبض بكلتا اليدين على ذراعه اليسرى، وشدها إلى الخلف، ثم إدارة الجسم إلى الخلف، وتسديد ركلة خلفية بعقب القدم اليمنى إلى

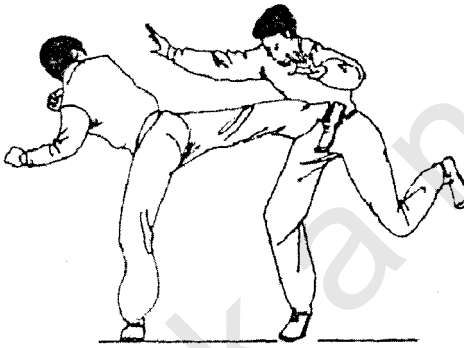
منطقة البطن. «الشكلين ١٥١ و ١٥٢».



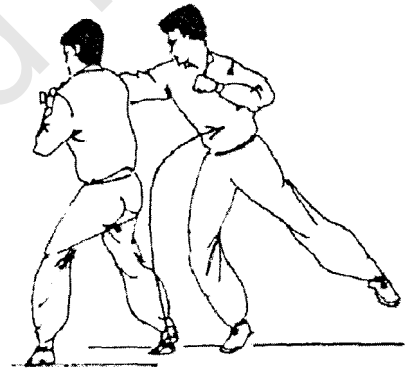
شكل ١٥٠



شكل ١٤٩



شكل ١٥٢



شكل ١٥١

شن هو دنج توی»

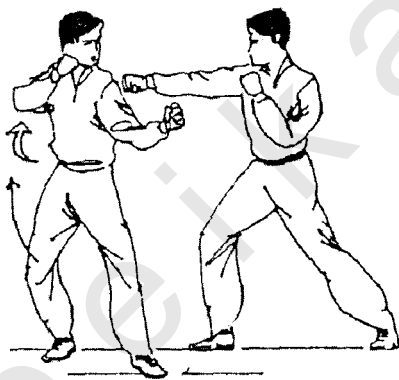
Skill No.«6»:Turn The Body, Back Heel Kick «Zhuan Shen Hou Deng Tui»

المثال الأول:

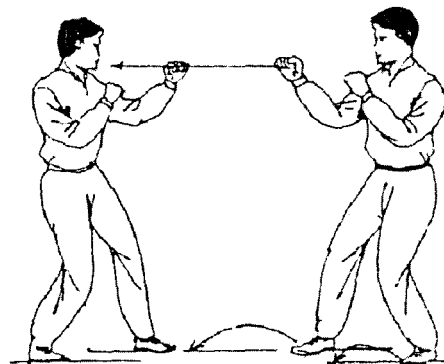
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ١٥٣».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمنى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى اليمين بالقدم اليسرى. «الشكل ١٥٤».

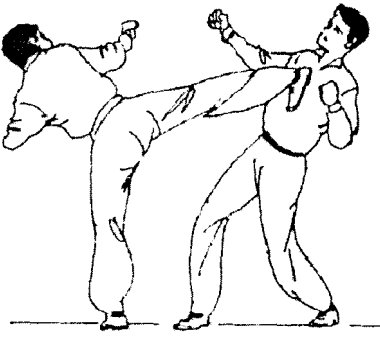
٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بإدارة الجسم بزواية مقدارها ١٨٠ درجة «في نفس اتجاه دوران عقارب الساعة» متخذاً من باطن القدم اليسرى محور ارتكاز، ثم تسديد ركلة خلفية دورانية بعقب القدم اليمنى إلى منطقة الصدر. «الشكلين ١٥٥ و١٥٦».



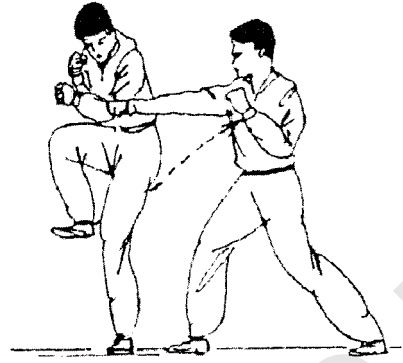
شکل ۱۵۴



شکل ۱۵۳



شكل ١٥٦



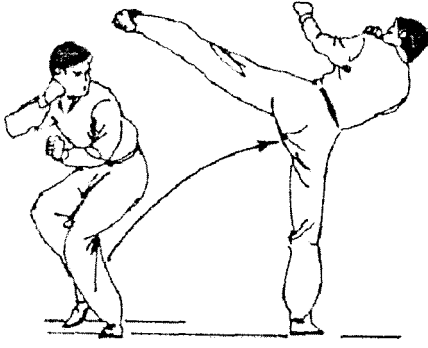
شكل ١٥٥

المثال الثاني:

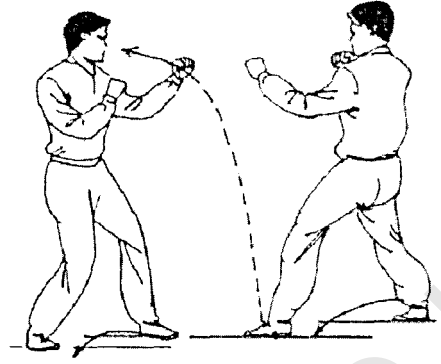
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ١٥٧».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى الخلف بالقدم اليسرى، مع خفض الجسم إلى الأسفل. «الشكل ١٥٨».

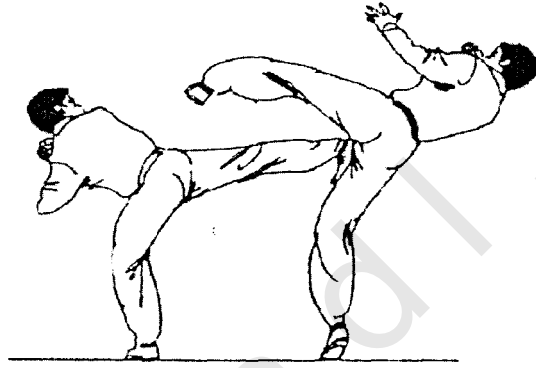
٣- فور ذلك، هاجم الخصم «متنهزاً فرصة كشف ثغرة في الجزء الأوسط من جسمه». بإدارة الجسم بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في نفس اتجاه دوران عقارب الساعة»، متخذاً من باطن القدم اليسرى محور ارتكاز، ثم تسديد ركلة خلفية دورانية بعقب القدم اليمنى إلى منطقة منفرج الرجلين. «الشكل ١٥٩».



شكل ١٥٨



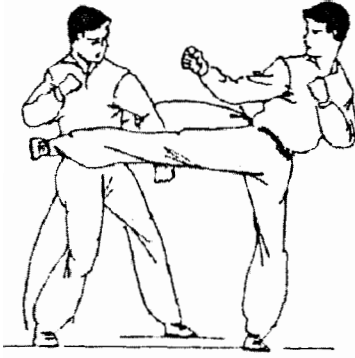
شكل ١٥٧



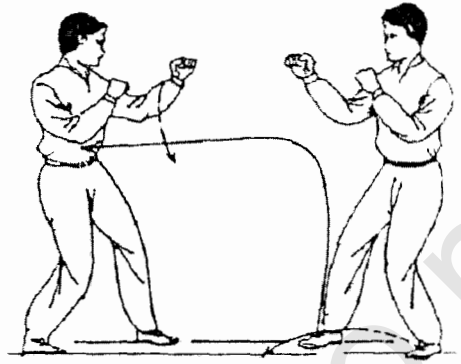
شكل ١٥٩

المثال الثالث:

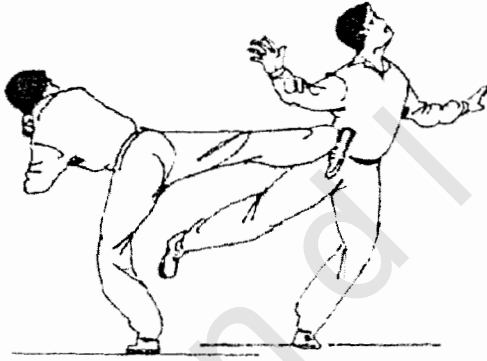
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ١٦٠».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة البطن. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ١٦١».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بإدارة الجسم بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في نفس اتجاه دوران عقارب الساعة» متخذًا من باطن القدم اليسرى محور ارتكاز، ثم تسديد ركلة خلفية دورانية بعقب القدم اليمنى إلى منطقة جانب الخصر الأيمن. «الشكل ١٦٢».



شكل ١٦١



شكل ١٦٠



شكل ١٦٢

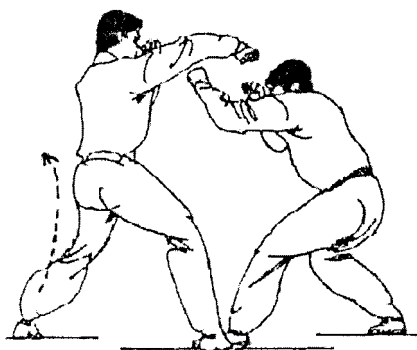
المثال الرابع:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ١٦٣».

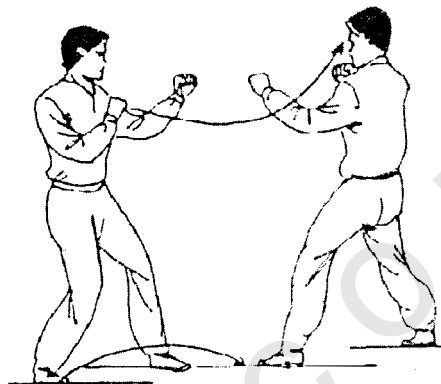
٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بالخطو إلى الأمام بالقدم اليمنى «لتقليل المسافة القتالية»، ثم تسديد لكمة متأرجحة يمنى إلى منطقة الوجه. يدافع الخصم ضد الهجمة، بخفض الجسم إلى الأسفل. «الشكل ١٦٤».

٣- هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بإدارة الجسم بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في عكس اتجاه دوران عقارب الساعة» متخذاً من باطن القدم اليمنى محور ارتكاز، ثم

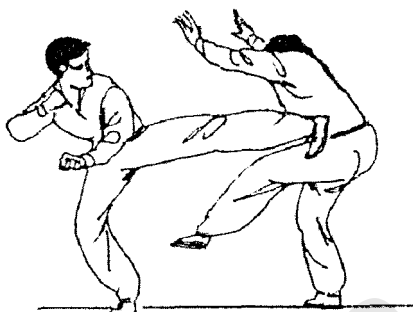
تسديد ركلة خلفية دورانية بعقب القدم اليسرى إلى منطقة جانب الخصر الأيسر.
«الشكلين ١٦٥ و ١٦٦».



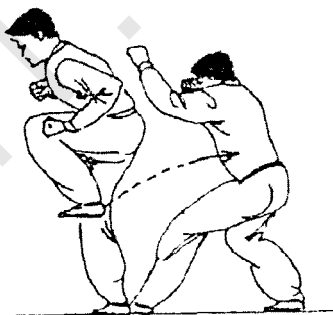
شكل ١٦٤



شكل ١٦٣



شكل ١٦٦



شكل ١٦٥

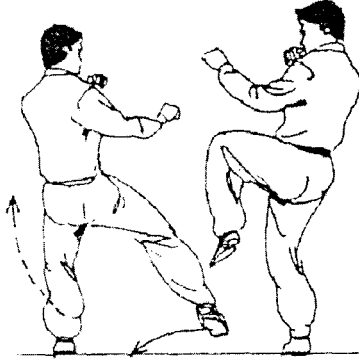
المثال الخامس:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ١٦٧».

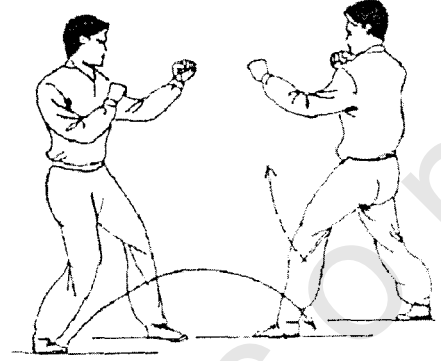
٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بتسديد ركلة خطافية يميني إلى عقب القدم اليسرى. يدافع الخصم ضد الهجمة، برفع الركبة اليسرى إلى الأعلى. «الشكل ١٦٨».

٣- هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بإدارة الجسم بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في عكس اتجاه دوران عقارب الساعة» متخذاً من باطن القدم اليميني محور ارتكاز، ثم

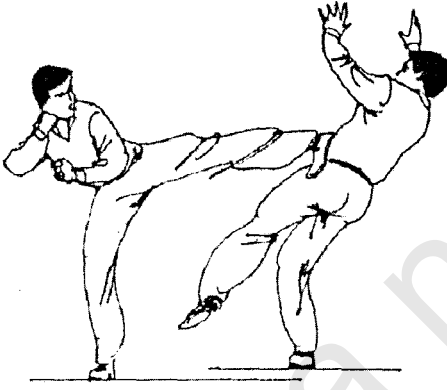
تسدید ركلة خلفية دورانية بعقب القدم اليسرى إلى منطقة الأضلاع اليسرى.
«الشكلين ١٦٩ و ١٧٠».



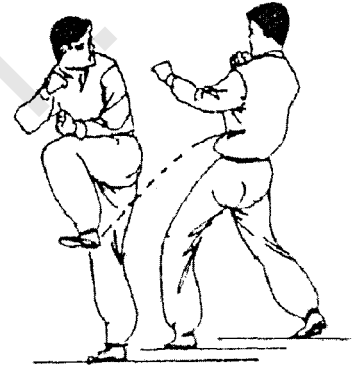
شكل ١٦٨



شكل ١٦٧



شكل ١٧٠



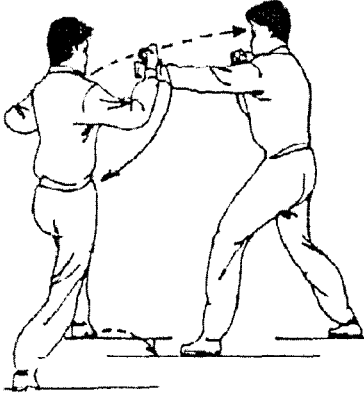
شكل ١٦٩

المثال السادس:

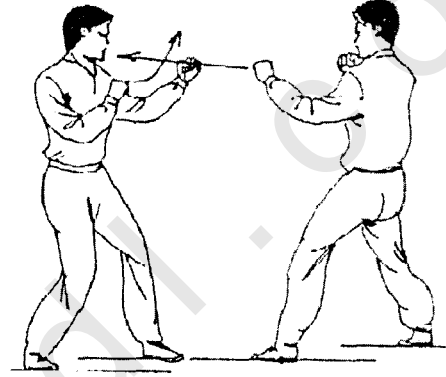
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ١٧١».
- ٢- الخصم يهاجم، بتسدید لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيمن. «الشكل ١٧٢».
- ٣- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بالخطو إلى الأمام بالقدم اليسرى، ثم تسدید

لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. يدافع الخصم ضد الهجمة، بخفض الجسم إلى الأسفل. «الشكل ١٧٣».

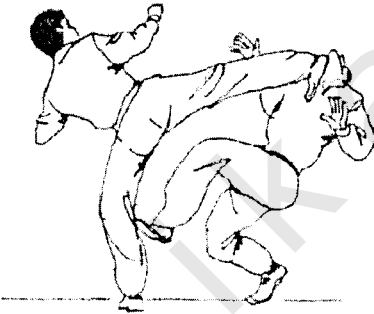
٤- فور ذلك، هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بإدارة الجسم بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في نفس اتجاه دوران عقارب الساعة» متخذاً من باطن القدم اليسرى محور ارتكاز، ثم تسديد ركلة خلفية دورانية بعقب القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. «الشكل ١٧٤».



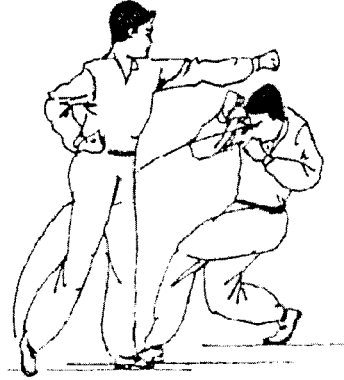
شكل ١٧٢



شكل ١٧١



شكل ١٧٤

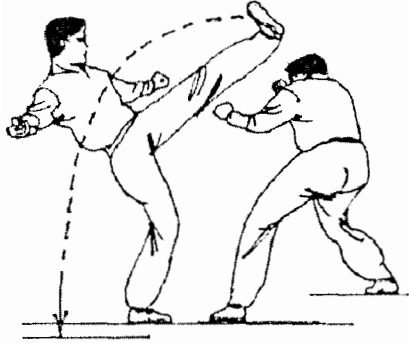


شكل ١٧٣

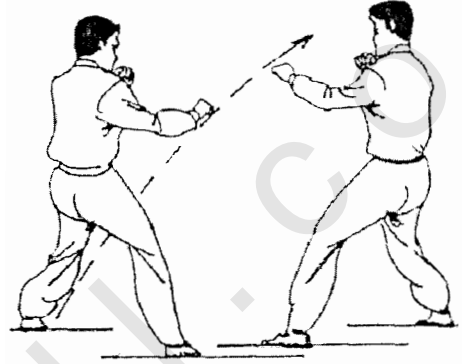
المثال السابع:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ١٧٥».

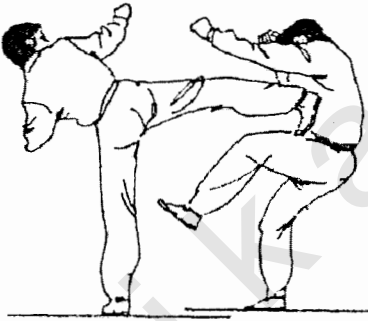
- ٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بتسديد ركلة التآرجح للداخل اليسرى إلى منطقة الوجه. الخصم يدافع ضد الهجمة، بخفض الجسم إلى الأسفل. «الشكل ١٧٦».
- ٣- هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بإدارة الجسم بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في نفس اتجاه دوران عقارب الساعة» متخذاً من باطن القدم اليسرى محور ارتكاز، ثم تسديد ركلة خلفية دورانية بعقب القدم اليمنى إلى منطقة الصدر. «الشكلين ١٧٧ و١٧٨».



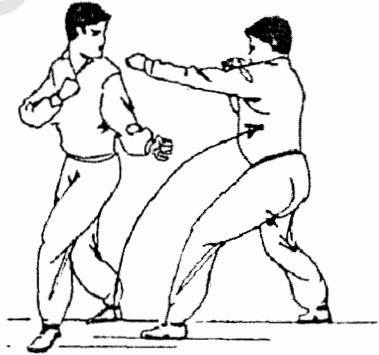
شكل ١٧٦



شكل ١٧٥



شكل ١٧٨



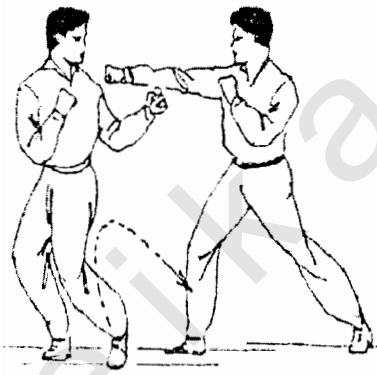
شكل ١٧٧

المهارة السابعة: ركلة باطن القدم الجانبية المنخفضة «شيا سي تشواي توي»

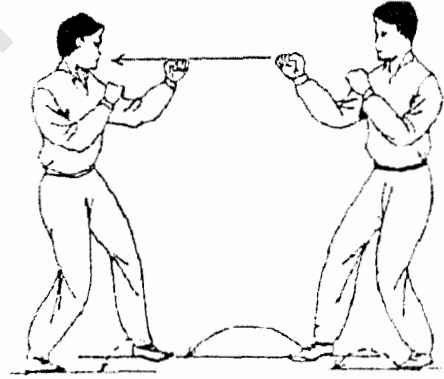
Skill No.«7»:Down-Side Sole Kick «Xia Ce Chuai Tui»

المثال الأول:

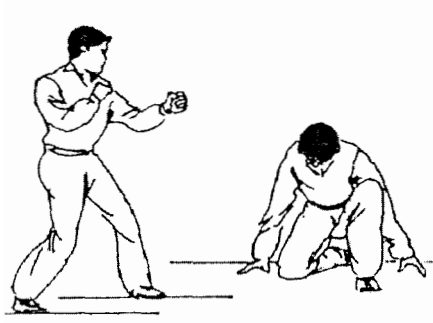
- ١ - قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ١٧٩».
- ٢ - الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى الخلف بالقدم اليسرى. «الشكل ١٨٠».
- ٣ - فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة جانبية منخفضة بباطن القدم اليسرى إلى منطقة قصبة الساق اليمنى. «الشكل ١٨١».
- ٤ - يصاب الخصم ويسقط أرضاً. «الشكل ١٨٢».



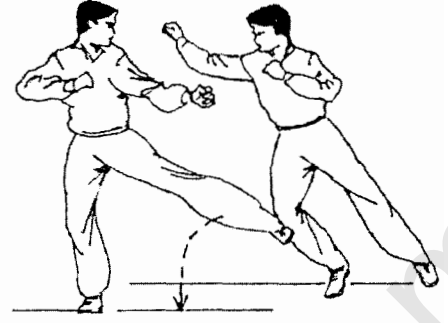
شكل ١٨٠



شكل ١٧٩



شكل ١٨٢



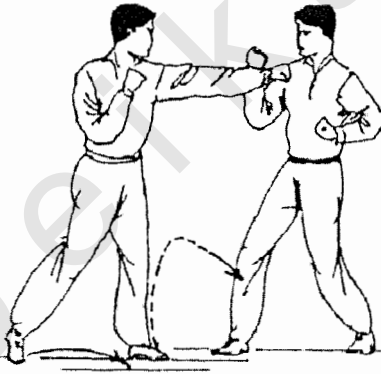
شكل ١٨١

المثال الثاني:

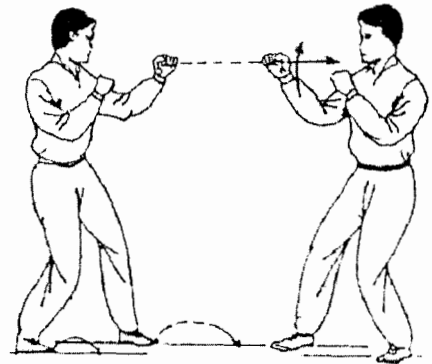
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ١٨٣».

٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. يدافع الخصم ضد الهجمة، بالصد بالساعد الأيمن. «الشكل ١٤٨».

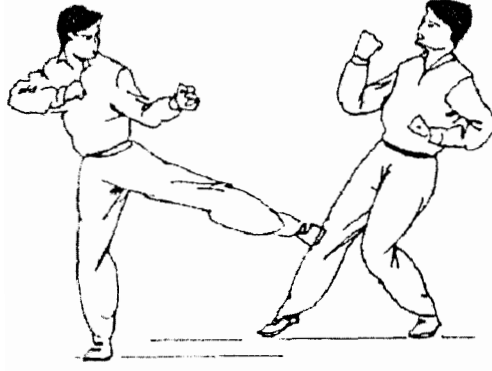
٣- فور ذلك، هاجم الخصم «هجمة حقيقية» بالخطو إلى الأمام بالقدم اليمنى لتقليل المسافة القتالية، ثم تسديد ركلة جانبية منخفضة بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الركبة اليمنى. «الشكل ١٨٥».



شكل ١٨٤



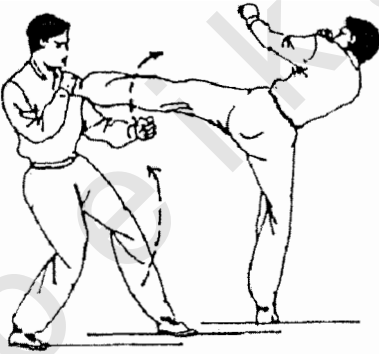
شكل ١٨٣



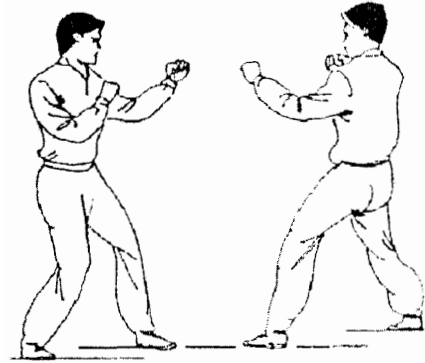
شكل ١٨٥

المثال الثالث:

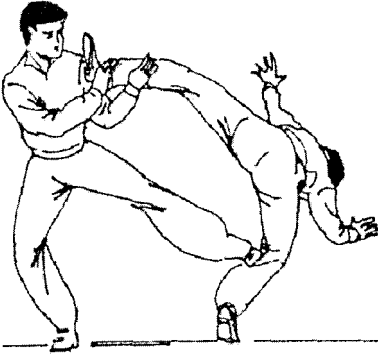
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ١٨٦».
- ٢- الخصم يهاجم، بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الصدر. دافع ضد هجمة الخصم، بالقبض على قدمه اليسرى باليد اليمنى. «الشكل ١٨٧».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالقبض بكلتا اليدين على رجله اليسرى، ثم تسديد ركلة جانبية منخفضة بباطن القدم اليسرى إلى منطقة خلف الركبة اليمنى. «الشكلين ١٨٨ و ١٨٩».



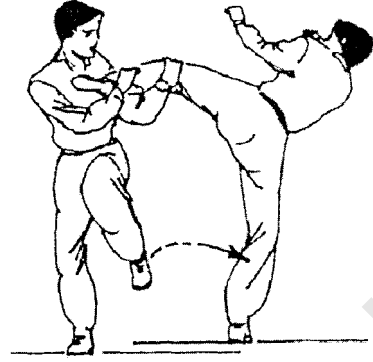
شكل ١٨٧



شكل ١٨٦



شكل ١٨٩



شكل ١٨٨

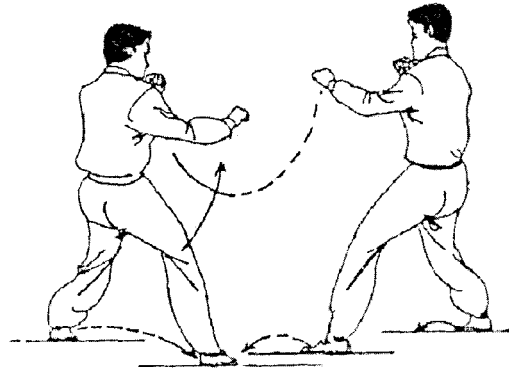
المثال الرابع:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». (الشكل ١٩٠).

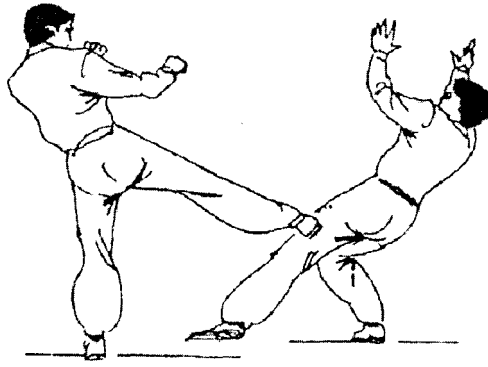
٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة خطافية يسرى إلى منطقة البطن. هاجم الخصم، بالخطو إلى الأمام، بالقدم اليسرى «لتقليل المسافة القتالية»، ثم تسديد ركلة جانبية منخفضة بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الركبة اليسرى. (الشكلين ١٩١ و ١٩٢).



شكل ١٩١



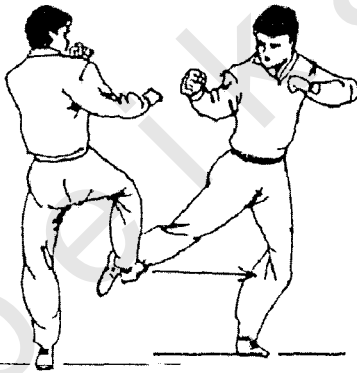
شكل ١٩٠



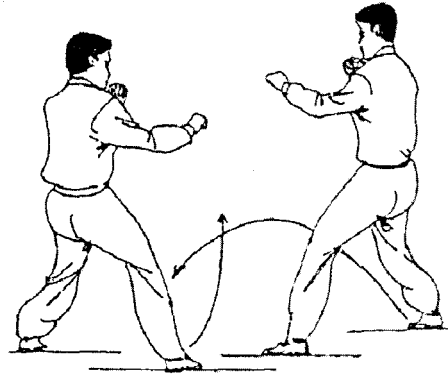
شكل ١٩٢

المثال الخامس:

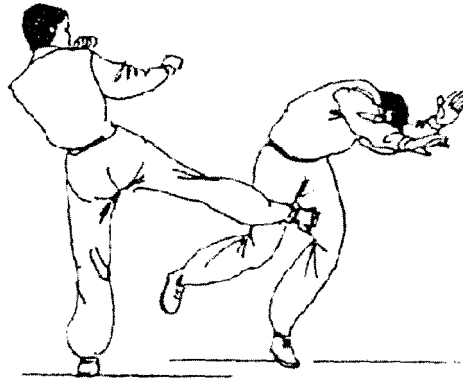
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ١٩٣».
- ٢- الخصم يهاجم، بتسديد ركلة زنبرك جانبية يمنى إلى منطقة الساق اليمنى. دافع ضد هجمة الخصم، بركل ساقه اليمنى بالقدم اليمنى. «الشكل ١٩٤».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة جانبية منخفضة بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الجانب الداخلي من الرجل اليسرى. «الشكل ١٩٥».



شكل ١٩٤



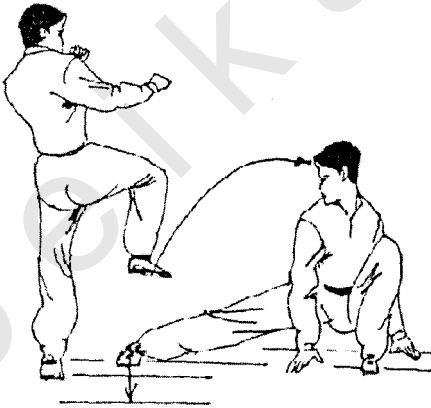
شكل ١٩٣



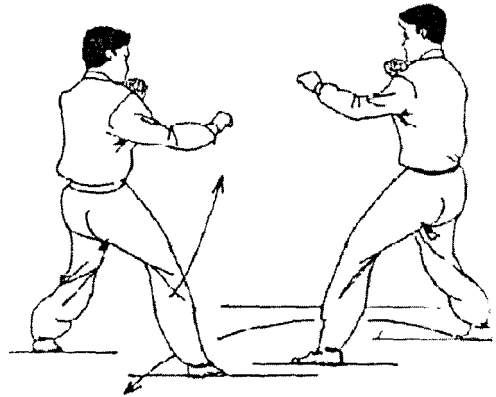
شكل ١٩٥

المثال السادس:

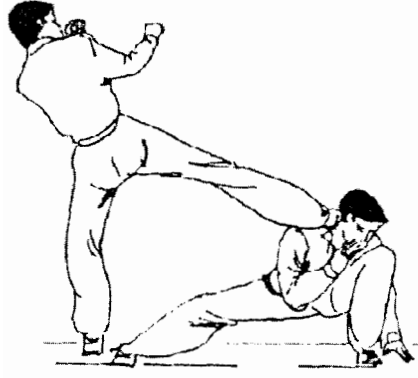
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ١٩٦».
- ٢- الخصم يهاجم، بتسديد ركلة اكتساح أمامي يميني إلى منطقة القدم اليمنى. دافع ضد هجمة الخصم، برفع الركبة اليمنى إلى الأعلى. «الشكل ١٩٧».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة جانبية منخفضة بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. «الشكل ١٩٨».



شكل ١٩٧



شكل ١٩٦



شكل ١٩٨

المثال السابع:

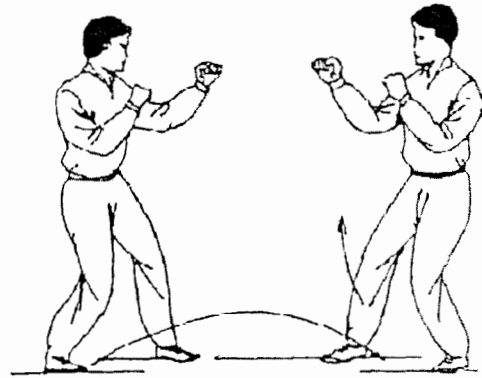
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ١٩٩».

٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بتسديد ركلة خطافية يمنى إلى منطقة عقب القدم اليمنى. يدافع الخصم ضد الهجمة، برفع الركبة اليمنى إلى الأعلى. «الشكل ٢٠٠».

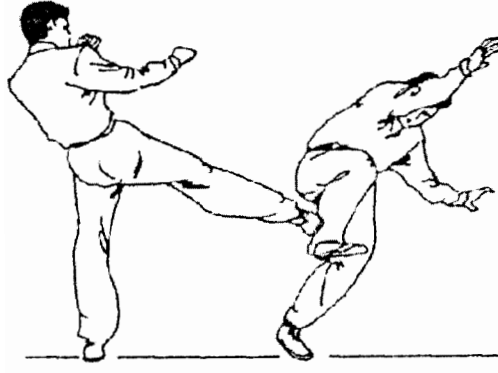
٣- فور ذلك، هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بتسديد ركلة جانبية منخفضة بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الساق اليمنى. «الشكل ٢٠١».



شكل ٢٠٠



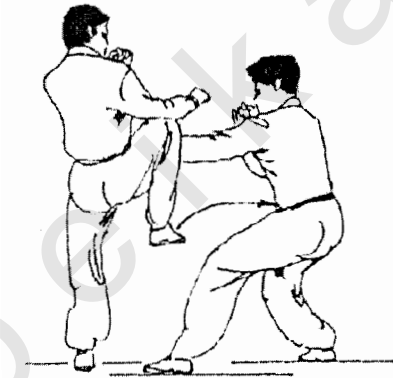
شكل ١٩٩



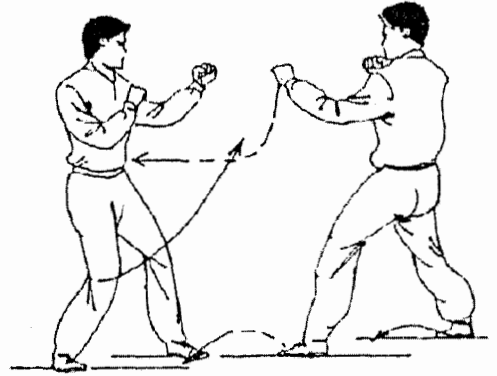
شكل ٢٠١

المثال الثامن:

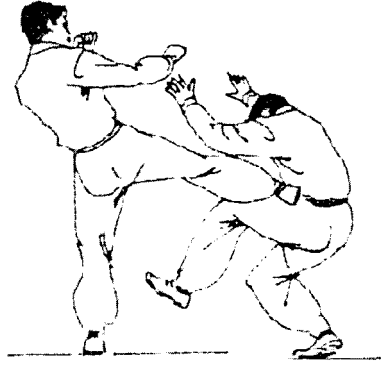
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٢٠٢».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة البطن. دافع ضد هجمة الخصم، برفع الركبة اليمنى إلى الأعلى. «الشكل ٢٠٣».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة جانبية منخفضة بباطن القدم اليمنى إلى منطقة البطن. «الشكل ٢٠٤».



شكل ٢٠٣



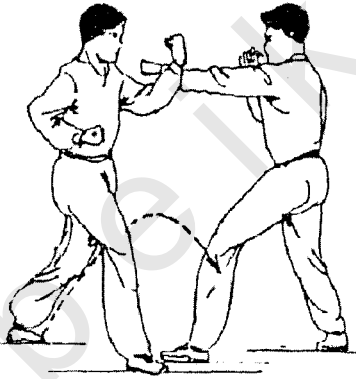
شكل ٢٠٢



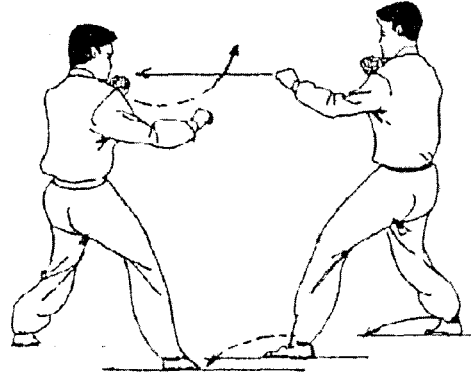
شكل ٢٠٤

المثال التاسع:

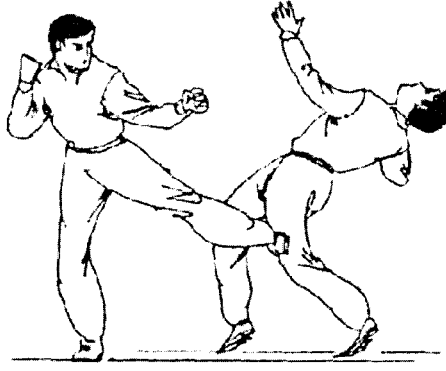
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٢٠٥».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٢٠٦».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة جانبية منخفضة بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الركبة اليسرى. «الشكل ٢٠٧».



شكل ٢٠٦



شكل ٢٠٥



شكل ٢٠٧

المثال العاشر:

١ - قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد

للقتال «أيمن». «الشكل ٢٠٨».

٢ - هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بتسديد ركلة الزنبرك الجانبية اليسرى إلى منطقة

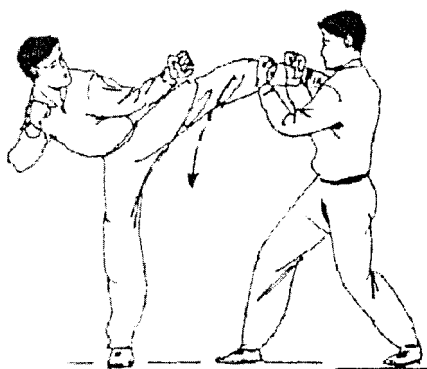
الوجه. يدافع الخصم ضد الهجمة، بالصد بكلتا الساعدين. «الشكل ٢٠٩».

٣ - الخصم يهاجم، بتسديد لكمة مستقيمة يمنى إلى منطقة الوجه. فاجئ الخصم

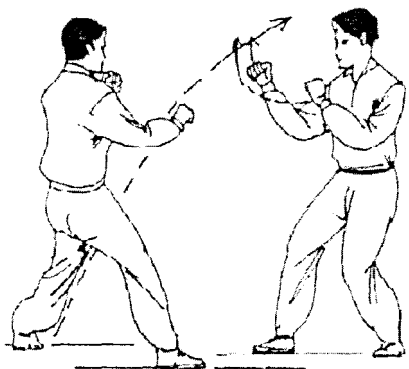
بهجمة غير متوقعة «هجمة حقيقية»، «بتحويل الهجوم من الأعلى إلى الأسفل»، بتسديد

ركلة جانبية منخفضة بباطن القدم اليسرى إلى منطقة منفرج الرجلين.

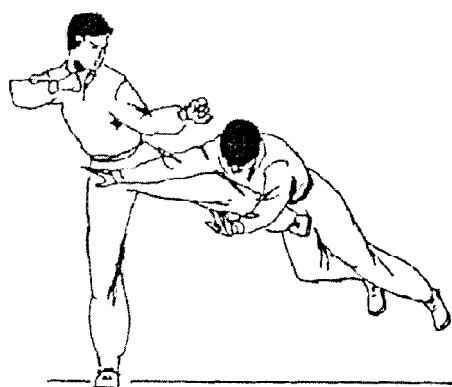
«الشكلين ٢١٠ و ٢١١».



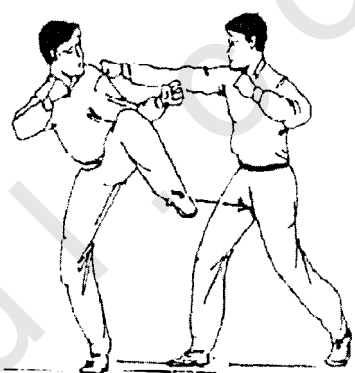
شکل ۲۰۹



شکل ۲۰۸



شکل ۲۱۱



شکل ۲۱۰

المهارة الثامنة: ركلة باطن القدم الجانبية «سى تشواى توى»

Skill NO.«8»:Side Sole Kick «Ce Chuai Tui»

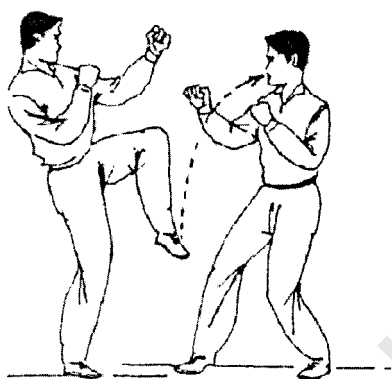
المثال الأول:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، ينما يقف الخصم في وضع استعداد

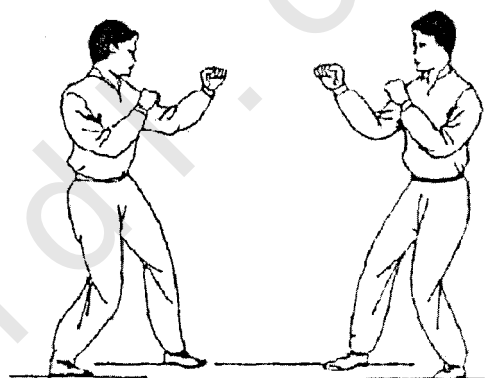
للقتال «أيمن». «الشكل ٢١٢».

٢- هاجم الخصم، بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة

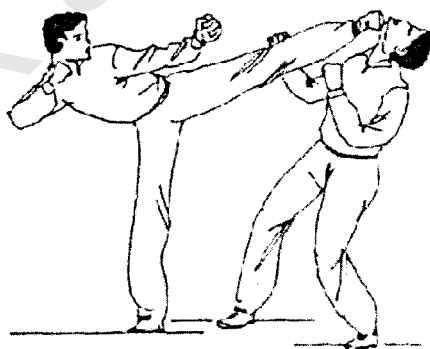
الوجه. «الشكلين ٢١٣ و ٢١٤».



شكل ٢١٣



شكل ٢١٢



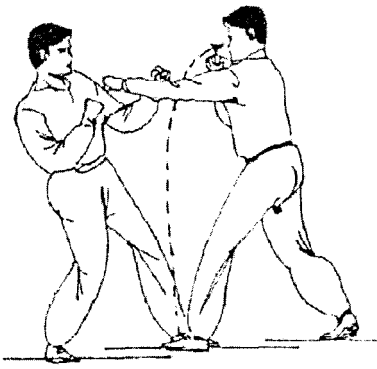
شكل ٢١٤

المثال الثاني:

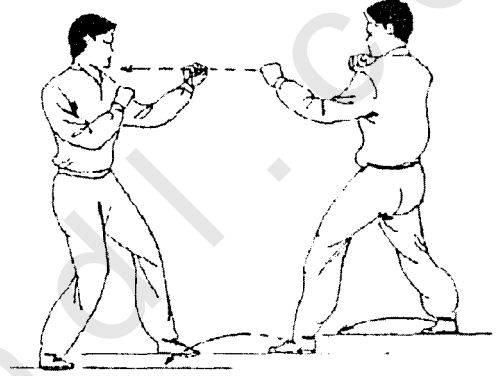
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٢١٥».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بثني الجذع إلى الخلف. «الشكل ٢١٦».

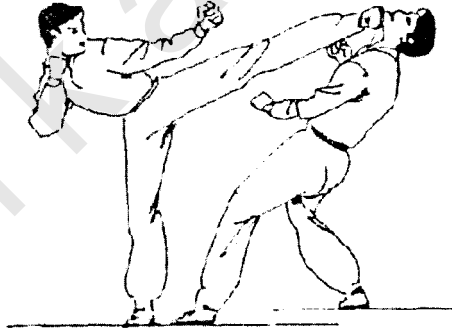
٣- فور ذلك، هاجم الخصم بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٢١٧».



شكل ٢١٦



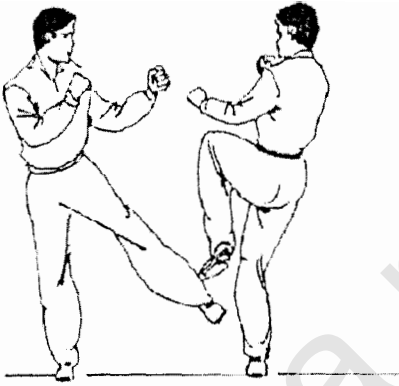
شكل ٢١٥



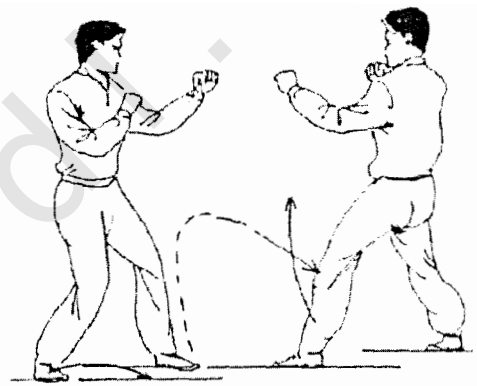
شكل ٢١٧

المثال الثالث:

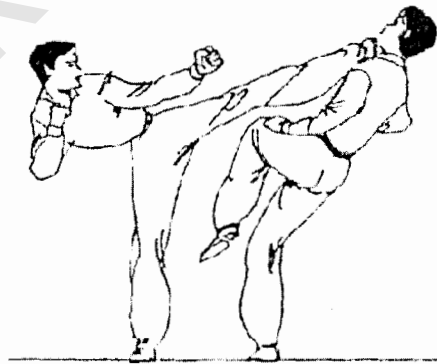
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٢١٨».
- ٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بالخطو إلى الأمام بالقدم اليمنى «لتقليل المسافة القتالية»، ثم تسديد ركلة جانبية منخفضة بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الساق اليسرى. يدافع الخصم ضد الهجمة، برفع الركبة اليسرى إلى الأعلى. «الشكل ٢١٩».
- ٣- فاجئ الخصم، بهجمة غير متوقعة «هجمة حقيقية»، «بتحويل الهجوم من الأسفل إلى الأعلى»، بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٢٢٠».



شكل ٢١٩



شكل ٢١٨



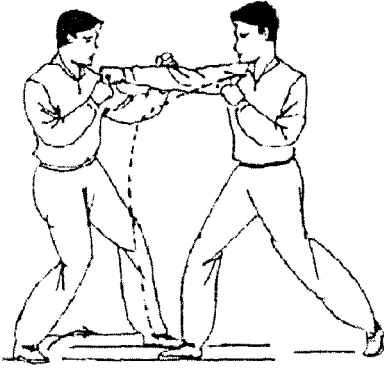
شكل ٢٢٠

المثال الرابع:

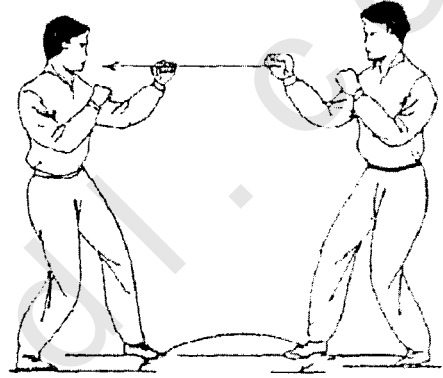
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٢٢١».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمنى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى اليسار بالقدم اليسرى. «الشكل ٢٢٢».

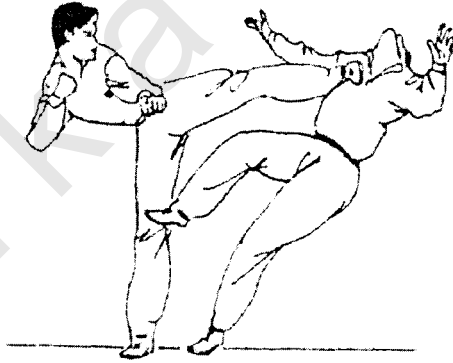
٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالخطو إلى الأمام بالقدم اليمنى «لتقليل المسافة القتالية»، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الرقبة. «الشكل ٢٢٣».



شكل ٢٢٢



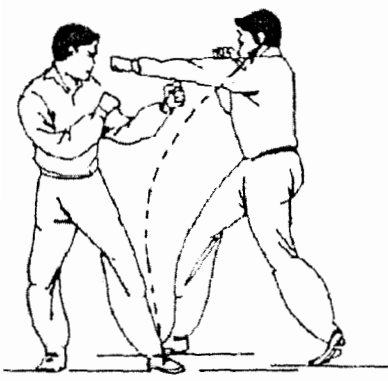
شكل ٢٢١



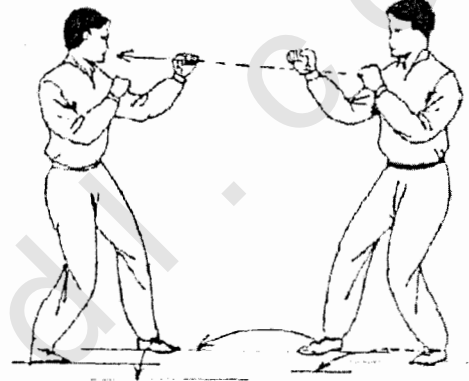
شكل ٢٢٣

المثال الخامس:

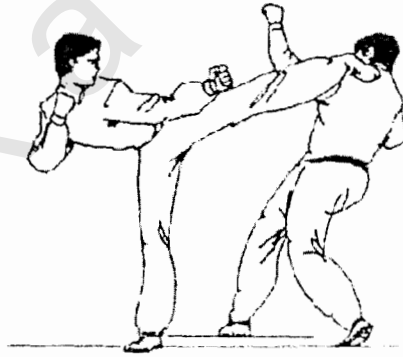
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٢٢٤».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه، دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى اليمين بالقدم اليسرى. «الشكل ٢٢٥».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الجانب الأيسر من الوجه. «الشكل ٢٢٦».



شكل ٢٢٥



شكل ٢٢٤



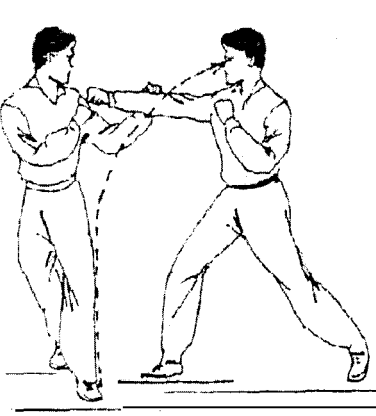
شكل ٢٢٦

المثال السادس:

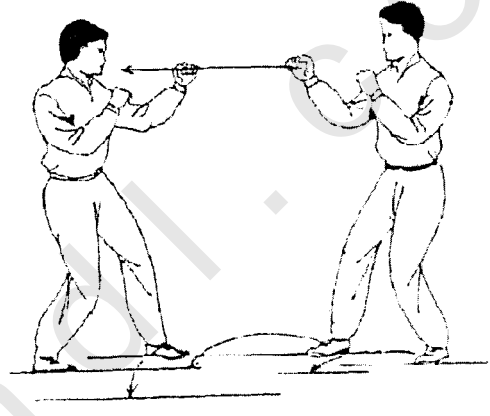
١ - قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٢٢٧».

٢ - الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمنى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى اليمين بالقدم اليسرى. «الشكل ٢٢٨».

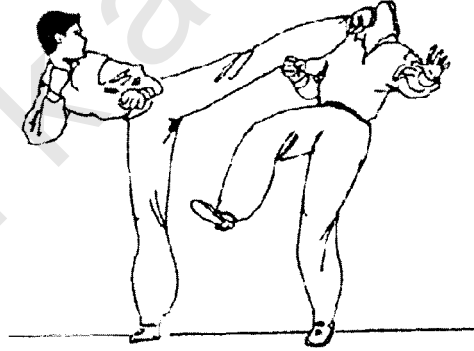
٣ - فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٢٢٩».



شكل ٢٢٨



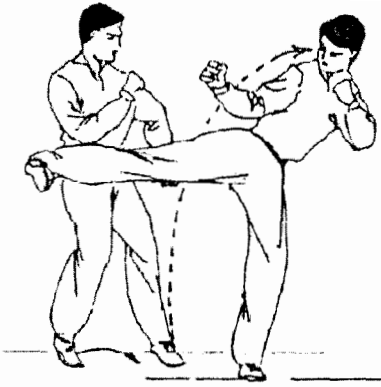
شكل ٢٢٧



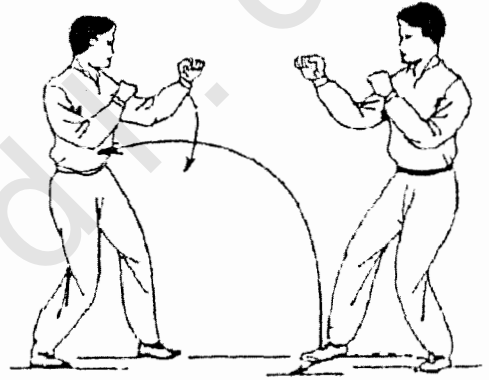
شكل ٢٢٩

المثال السابع:

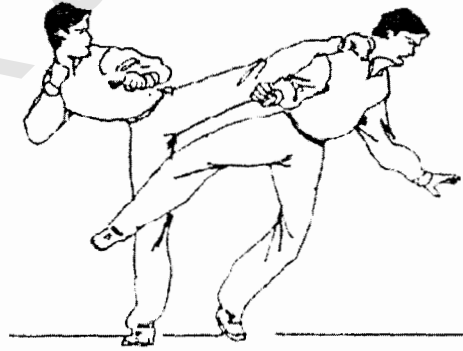
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٢٣٠».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة البطن. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٢٣١».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالخطو إلى الأمام بالقدم اليمنى «لتقليل المسافة القتالية»، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٢٣٢».



شكل ٢٣١



شكل ٢٣٠



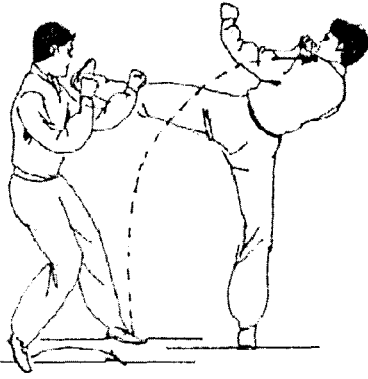
شكل ٢٣٢

المثال الثامن:

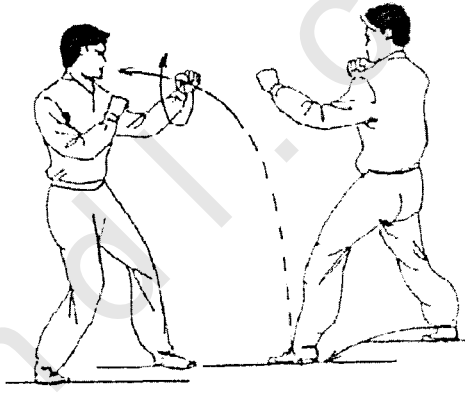
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٢٣٣».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٢٣٤».

٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالخطو إلى الأمام بالقدم اليمنى «لتقليل المسافة القتالية»، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الرأس. «الشكل ٢٣٥».



شكل ٢٣٤



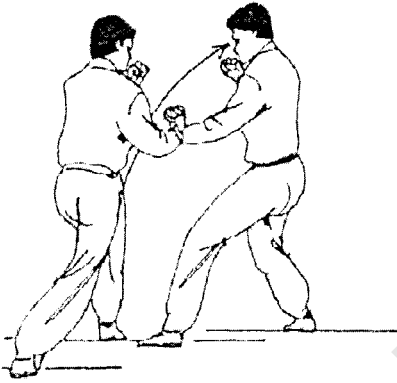
شكل ٢٣٣



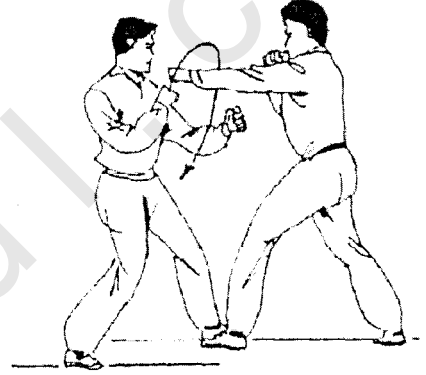
شكل ٢٣٥

المثال التاسع:

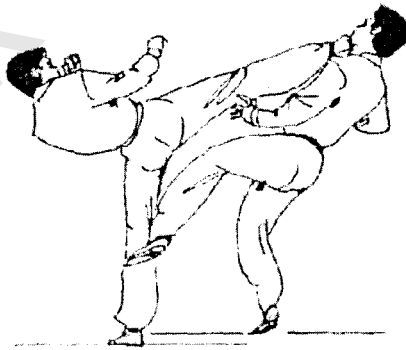
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما الخصم يهاجم بتسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٢٣٦».
- ٢- دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيمن. «الشكل ٢٣٧».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٢٣٨».



شكل ٢٣٦



شكل ٢٣٧



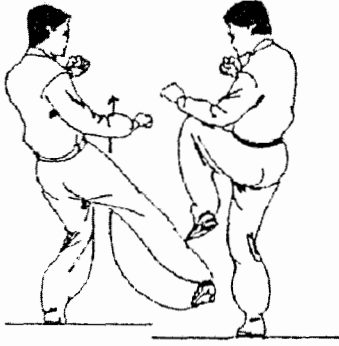
شكل ٢٣٨

المثال العاشر:

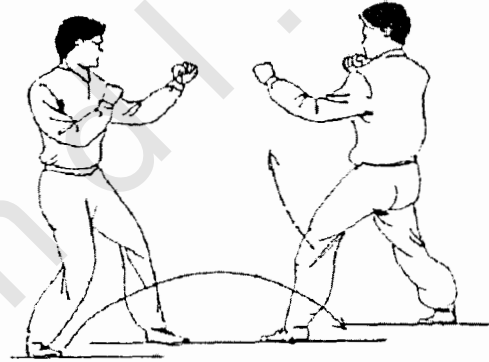
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد «أيسر». «الشكل ٢٣٩».

٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بتسديد ركلة خطافية يمينى إلى منطقة عقب القدم اليسرى. يدافع الخصم ضد الهجمة، برفع الركبة اليسرى إلى الأعلى. «الشكل ٢٤٠».

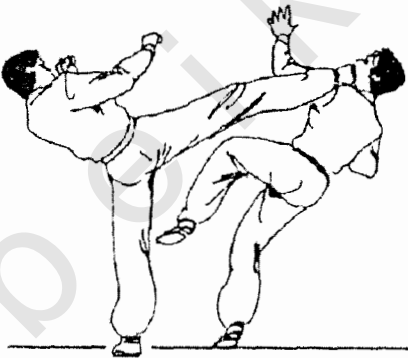
٣- فاجئ الخصم، بهجمة غير متوقعة «هجمة حقيقية»، «بتحويل الهجوم من الأسفل إلى الأعلى» بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. «الشكلين ٢٤١ و ٢٤٢».



شكل ٢٤٠



شكل ٢٣٩



شكل ٢٤٢



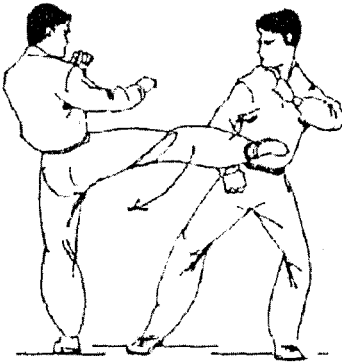
شكل ٢٤١

المثال الحادي عشر:

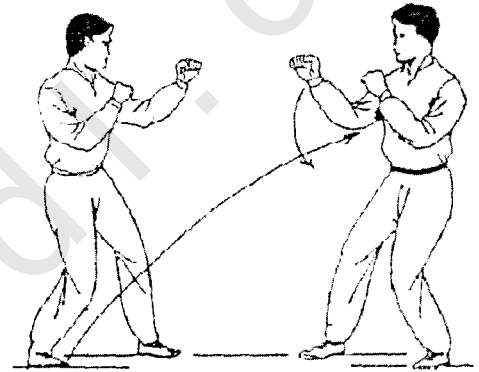
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٢٤٣».

٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بتسديد ركلة الزنبرك الجانبية اليمنى إلى منطقة البطن. يدافع الخصم ضد الهجمة، بالصد بالساعد الأيمن. «الشكل ٢٤٤».

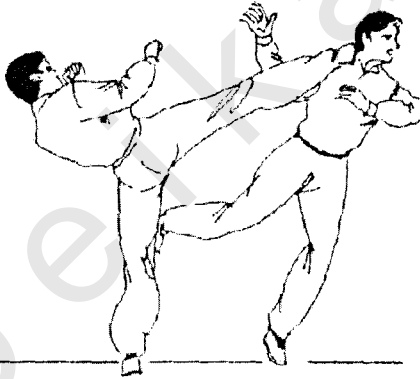
٣- فاجئ الخصم، بهجمة غير متوقعة «هجمة حقيقية»، «بتحويل الهجوم من الوسط إلى الأعلى» بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. «الشكلين ٢٤٥ و ٢٤٦».



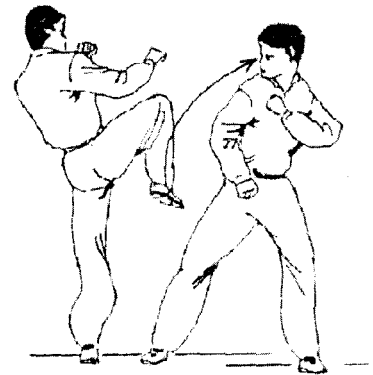
شكل ٢٤٤



شكل ٢٤٣



شكل ٢٤٦



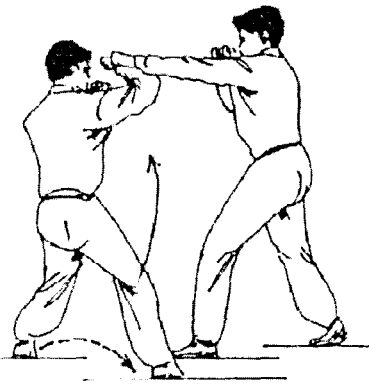
شكل ٢٤٥

المثال الثاني عشر:

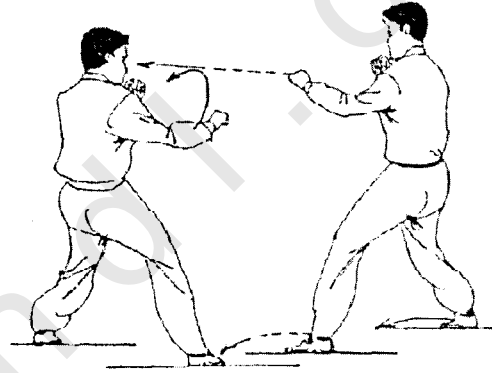
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٢٤٧».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيمن. «الشكل ٢٤٨».

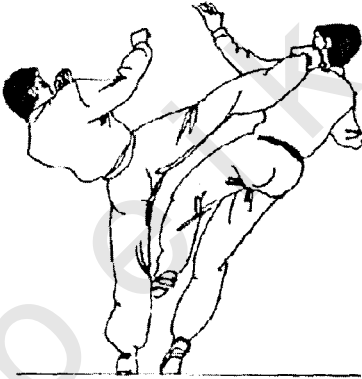
٣- فور ذلك، هاجم الخصم بالخطو إلى الأمام بالقدم اليسرى «لتقليل المسافة القتالية»، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الجانب الأيسر من الوجه. «الشكلين ٢٤٩ و ٢٥٠».



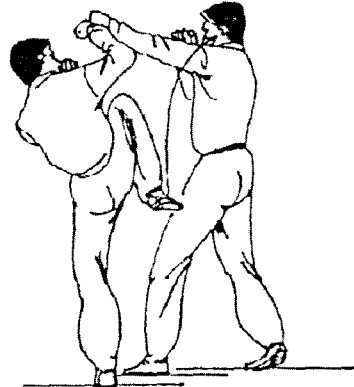
شكل ٢٤٨



شكل ٢٤٧



شكل ٢٥٠



شكل ٢٤٩

المثال الثالث عشر:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد

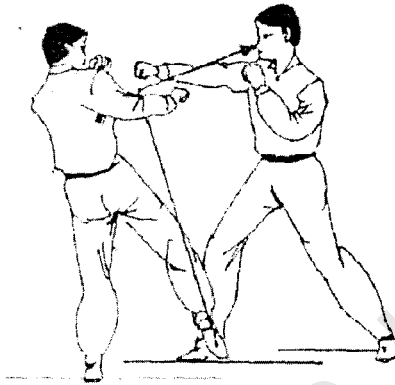
للقتال «أيمن». «الشكل ٢٥١».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمنى إلى منطقة

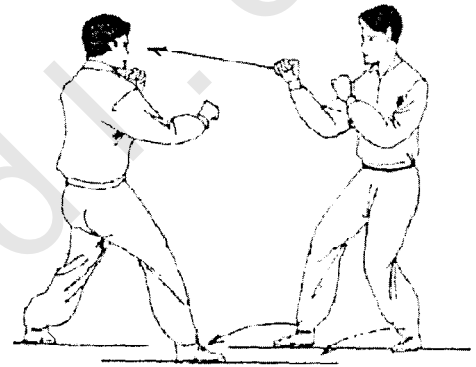
الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بثني الجذع إلى الخلف. «الشكل ٢٥٢».

٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة

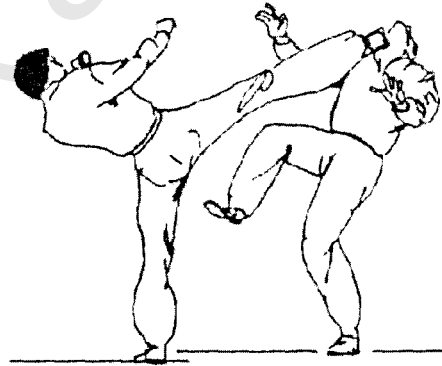
الوجه. «الشكل ٢٥٣».



شكل ٢٥٢



شكل ٢٥١



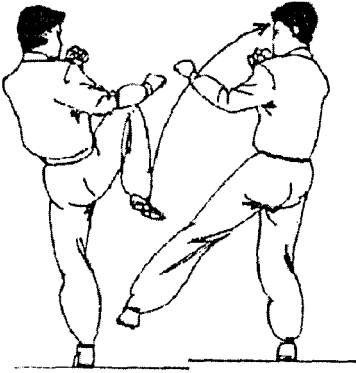
شكل ٢٥٣

المثال الرابع عشر:

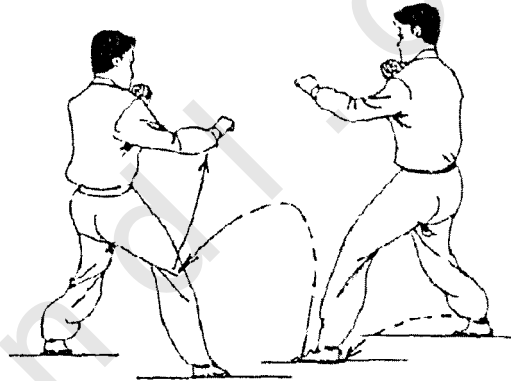
١ - قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٢٥٤».

٢ - الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية منخفضة بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الركبة اليمنى. دافع ضد هجمة الخصم، برفع الركبة اليمنى إلى الأعلى. «الشكل ٢٥٥».

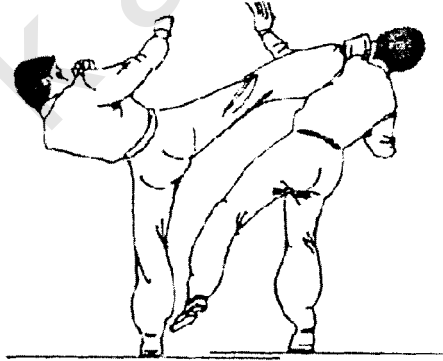
٣ - فاجئ الخصم بهجمة غير متوقعة، بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٢٥٦».



شكل ٢٥٥



شكل ٢٥٤



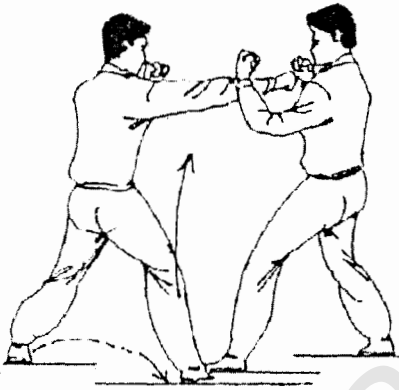
شكل ٢٥٦

المثال الخامس عشر:

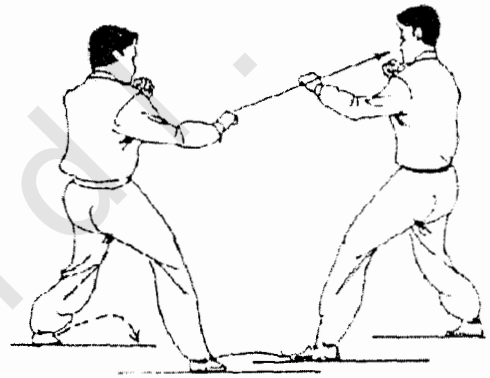
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». (الشكل ٢٥٧).

٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة مستقيمة يمينى إلى منطقة الوجه. الخصم يدافع ضد الهجمة، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٢٥٨».

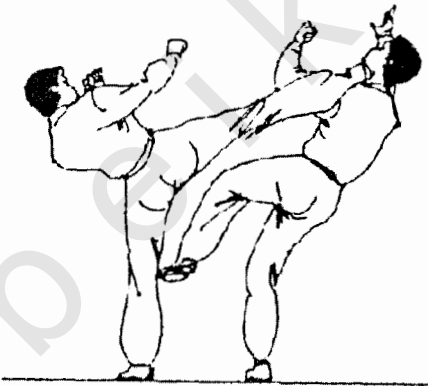
٣- هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بالخطو إلى الأمام بالقدم اليسرى «لتقليل المسافة القتالية»، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. «الشكلين ٢٥٩ و ٢٦٠».



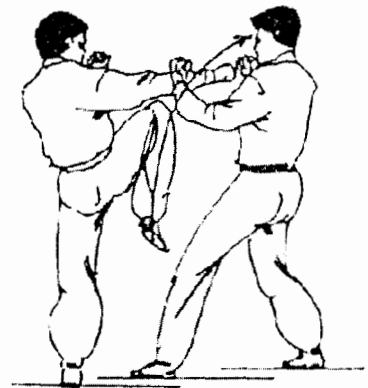
شکل ۲۵۸



شکل ۲۵۷



شکل ۲۶۰



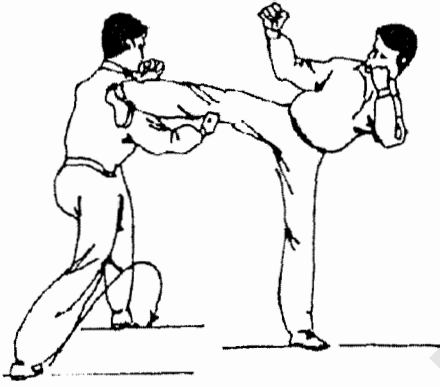
شکل ۲۵۹

المثال السادس عشر:

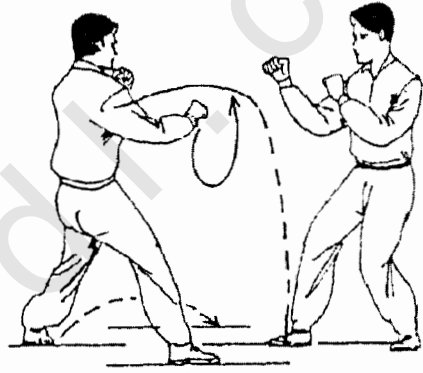
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٢٦١».

٢- الخصم يهاجم، بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الصدر. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى الأمام يساراً بالقدم اليسرى. «الشكل ٢٦٢».

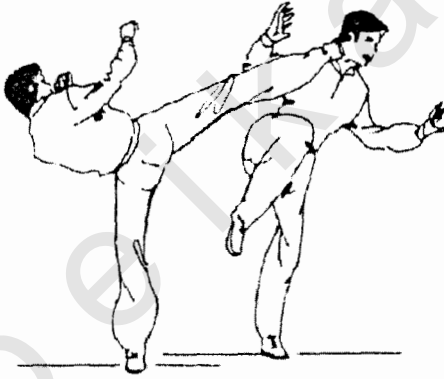
٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. «الشكلين ٢٦٣ و ٢٦٤».



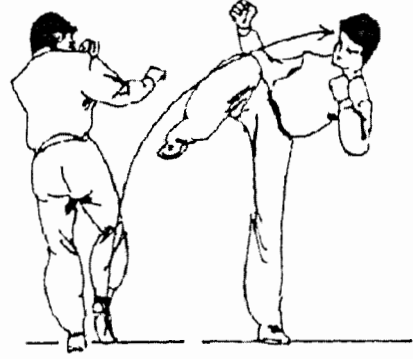
شكل ٢٦٢



شكل ٢٦١



شكل ٢٦٤



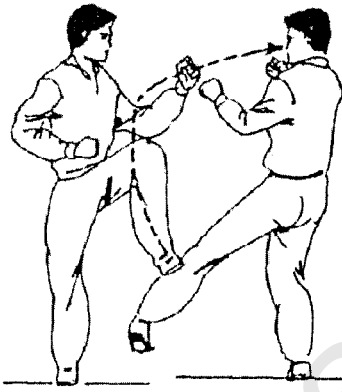
شكل ٢٦٣

المثال السابع عشر:

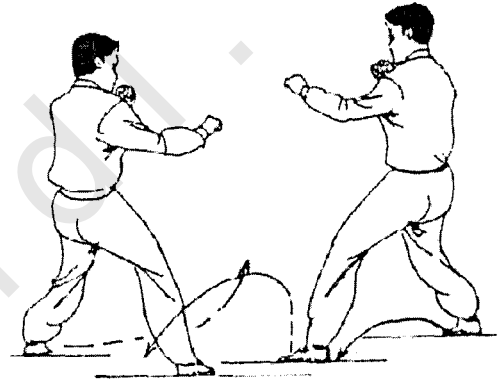
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٢٦٥».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية منخفضة بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الساق اليمنى. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الساق اليسرى. «الشكل ٢٦٦».

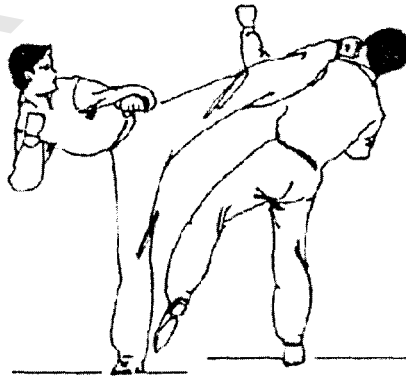
٣- فاجئ الخصم، بهجمة غير متوقعة «بتحويل الهجوم من الأسفل إلى الأعلى»، بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٢٦٧».



شكل ٢٦٦



شكل ٢٦٥



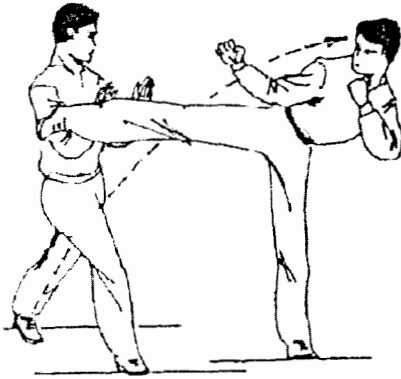
شكل ٢٦٧

المثال الثامن عشر:

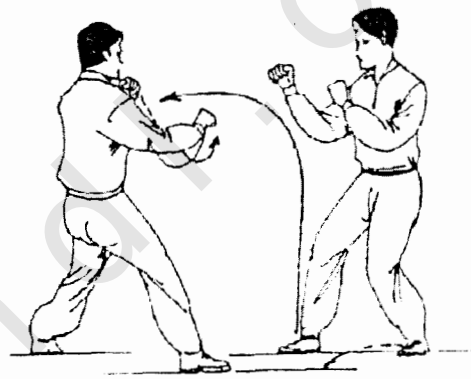
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٢٦٨».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى، إلى منطقة الصدر. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بكلتا الراحتين. «الشكل ٢٦٩».

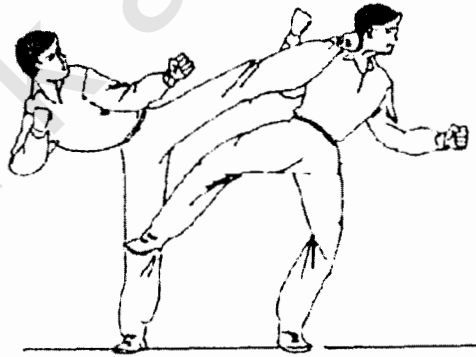
٣- فور ذلك، هاجم الخصم بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٢٧٠».



شكل ٢٦٩



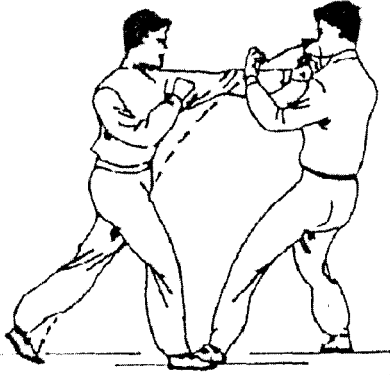
شكل ٢٦٨



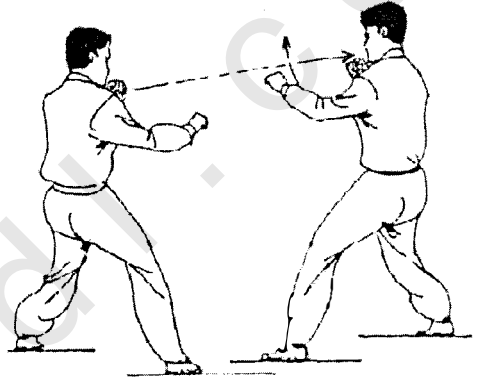
شكل ٢٧٠

المثال التاسع عشر:

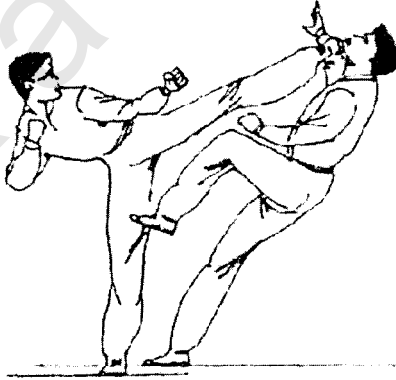
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٢٧١».
- ٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بتسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. يدافع الخصم ضد الهجمة، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٢٧٢».
- ٣- فور ذلك هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٢٧٣».



شكل ٢٧٢



شكل ٢٧١



شكل ٢٧٣

المهارة التاسعة: ركلة الاكتساح الأمامي «تشيان ساوتوي»

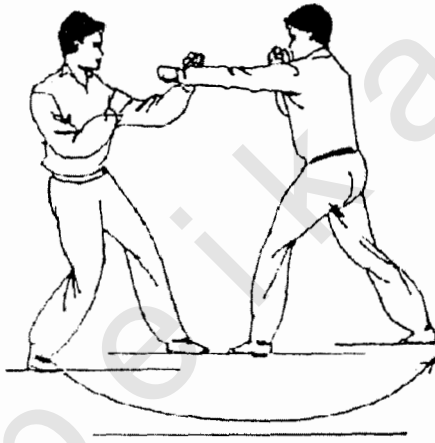
Skill No. «9»: Front Sweep Kick «Qian Sao Tui»

المثال الأول:

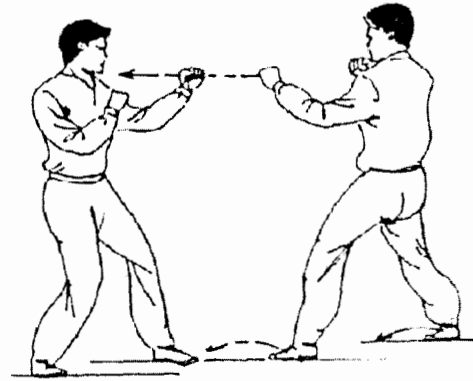
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٢٧٤».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٢٧٥».

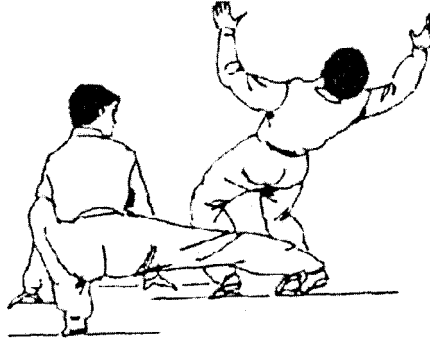
٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالهبوط إلى الأسفل، مقرصاً على الرجل اليسرى، مع الاستناد باليدين على الأرض، ومد الرجل اليمنى مستقيمة، ثم الاكتساح بالقدم اليمنى بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في عكس اتجاه دوران عقارب الساعة» إلى منطقة عقب القدم اليمنى. «الشكل ٢٧٦».



شكل ٢٧٥



شكل ٢٧٤



شكل ٢٧٦

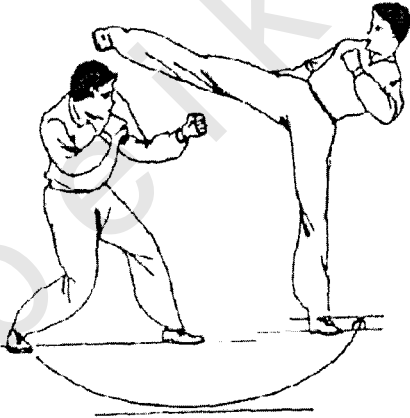
المثال الثاني:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٢٧٧».

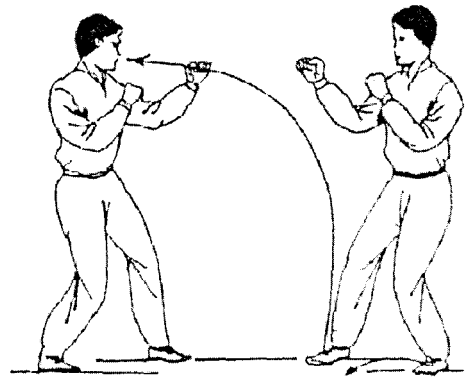
٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بخفض الجسم إلى الأسفل. «الشكل ٢٧٨».

٣- فور ذلك، هاجم الخصم «متنهزاً فرصة وقوفه على رجل واحدة»، بالهبوط إلى الأسفل، مقرصاً على الرجل اليسرى، مع الاستناد باليدين على الأرض، ومد الرجل اليمنى مستقيمة، ثم الاكتساح بالقدم اليمنى بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في عكس اتجاه دوران عقارب الساعة» إلى منطقة كاحل القدم اليسرى.

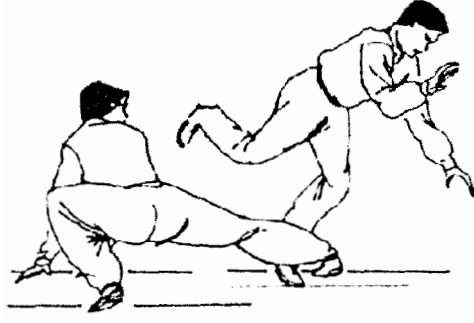
٤- يصاب الخصم ويسقط أرضاً. «الشكل ٢٧٩».



شكل ٢٧٨



شكل ٢٧٧



شكل ٢٧٩

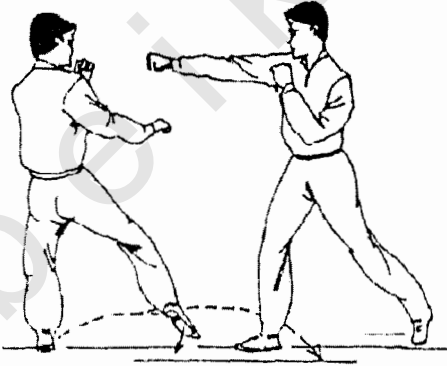
المثال الثالث:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٢٨٠».

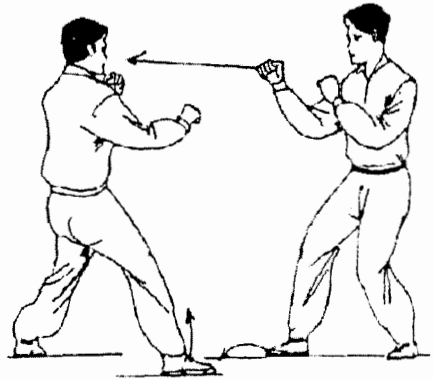
٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى الخلف بالقدم اليمينى، مع رفعها عن الأرض. «الشكل ٢٨١».

٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالهبوط إلى الأسفل، مقرصاً على الرجل اليمينى، مع الاستناد باليدين على الأرض ومد الرجل اليسرى مستقيمة، ثم الاكتساح بالقدم اليسرى بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في نفس اتجاه دوران عقارب الساعة» إلى منطقة سمانة الساق اليمينى،

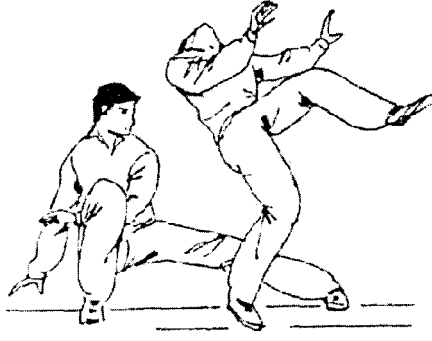
٤- يصاب الخصم، ويسقط أرضاً. «الشكل ٢٨٢».



شكل ٢٨١



شكل ٢٨٠



شكل ٢٨٢

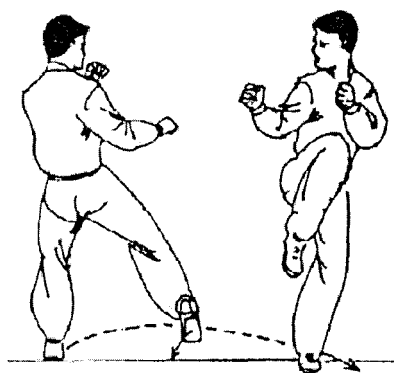
المثال الرابع:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٢٨٣».

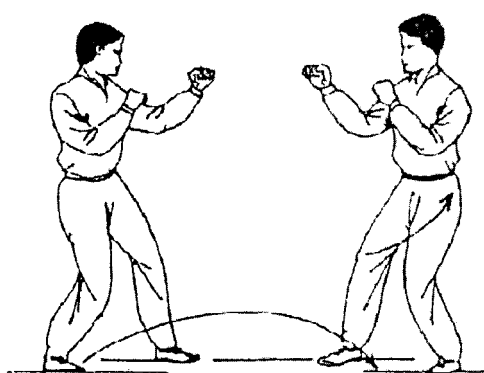
٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بتسديد ركلة خطافية يمنى إلى منطقة عقب القدم اليمنى. يدافع الخصم ضد الهجمة، برفع الركبة اليمنى إلى الأعلى. «الشكل ٢٨٤».

٣- هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، «منتهازاً فرصة وقوفه على رجل واحدة»، بالهبوط إلى الأسفل، مقرصاً على الرجل اليمنى، مع الاستناد باليدين على الأرض، ومد الرجل اليسرى مستقيمة، ثم الاكتساح بالقدم اليسرى بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في نفس اتجاه دوران عقارب الساعة» إلى منطقة عقب القدم اليسرى.

٤- يصاب الخصم ويسقط أرضاً. «الشكل ٢٨٥».



شکل ۲۸۴



شکل ۲۸۳



شکل ۲۸۵

المهارة العاشرة: ركلة الاكتساح الخلفي «هو ساو توي»

Skill No.«10»:Back Sweep Kick «Hou Sao Tui»

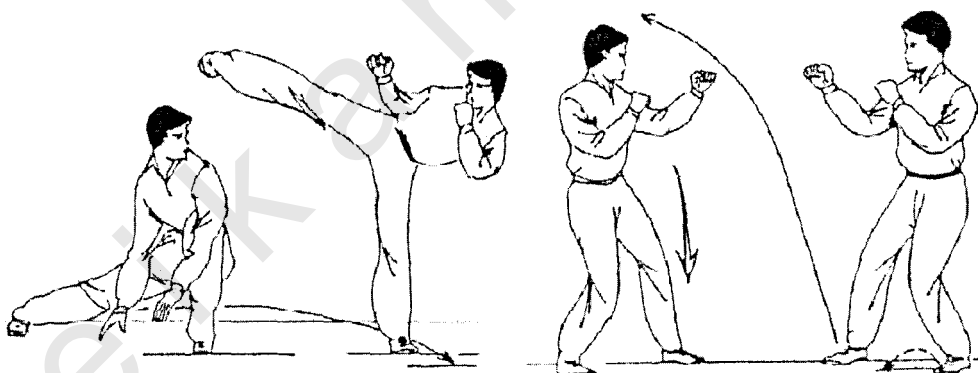
المثال الأول:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٢٨٦».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالهبوط إلى الأسفل، مقرصاً على الرجل اليسرى، مع الاستناد باليدين على الأرض، ومد الرجل اليمنى مستقيمة. وبدون توقف.

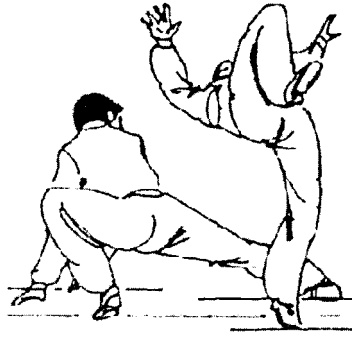
٣- هاجم الخصم «منتهزاً فرصة وقوفه على رجل واحدة» بالاكتساح بالقدم اليمنى بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في نفس اتجاه دوران عقارب الساعة»، إلى منطقة عقب القدم اليسرى.

٤- يصاب الخصم ويسقط أرضاً. «الشكلين ٢٨٧ و٢٨٨».



شكل ٢٨٧

شكل ٢٨٦



شكل ٢٨٨

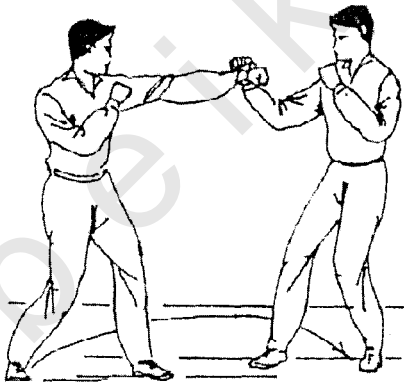
المثال الثاني:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٢٨٩».

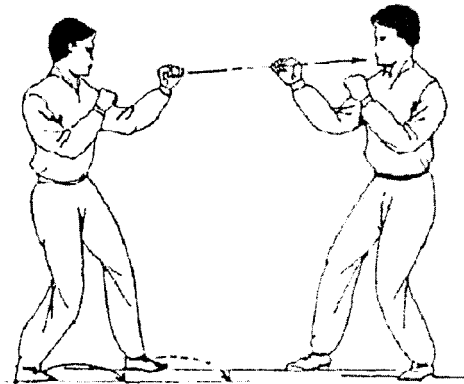
٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. يدافع الخصم ضد الهجمة، بالخطو إلى الخلف. «الشكل ٢٩٠».

٣- فور ذلك، هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بالهبوط إلى الأسفل، مقرصاً على الرجل اليسرى، مع الاستناد باليدين على الأرض، ومد الرجل اليمنى مستقيمة، ثم الاكتساح بالقدم اليمنى بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في نفس اتجاه دوران عقارب الساعة» إلى منطقة عقب القدم اليمنى.

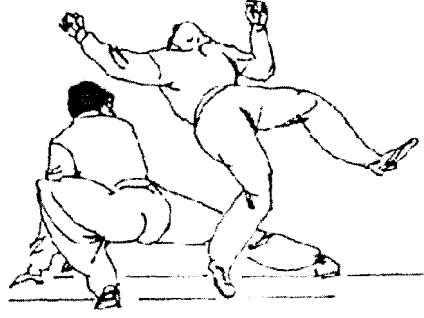
٤- يصاب الخصم ويسقط أرضاً. «الشكل ٢٩١».



شكل ٢٩٠



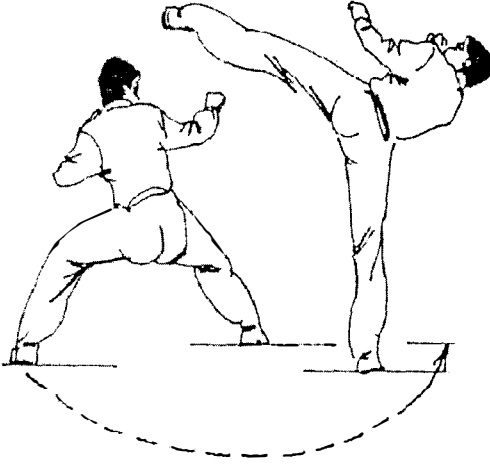
شكل ٢٨٩



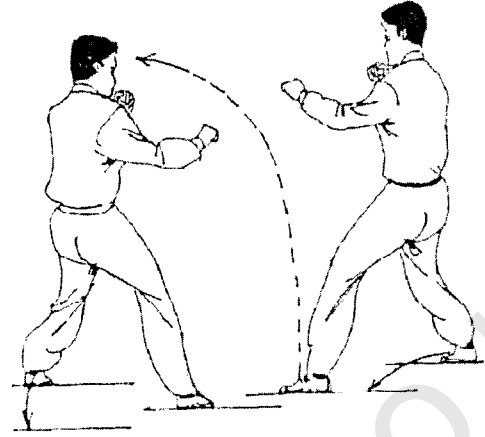
شكل ٢٩١

المثال الثالث:

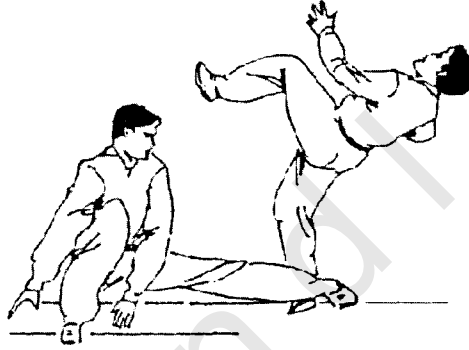
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٢٩٢».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم بخفض الجسم إلى الأسفل. «الشكل ٢٩٣».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم «منتهازاً فرصة وقوفه على رجل واحدة»، بالهبوط إلى الأسفل مقرصاً على الرجل اليمنى، مع الاستناد باليدين على الأرض، ومد الرجل اليسرى مستقيمة، ثم الاكتساح بالقدم اليسرى بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في عكس اتجاه دوران عقارب الساعة» إلى منطقة عقب القدم اليمنى.
- ٤- فيصاب الخصم ويسقط أرضاً. «الشكل ٢٩٤».



شكل ٢٩٣



شكل ٢٩٢



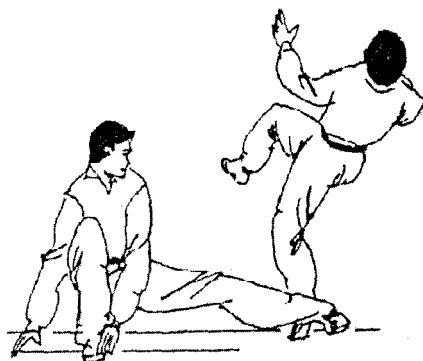
شكل ٢٩٤

المثال الرابع:

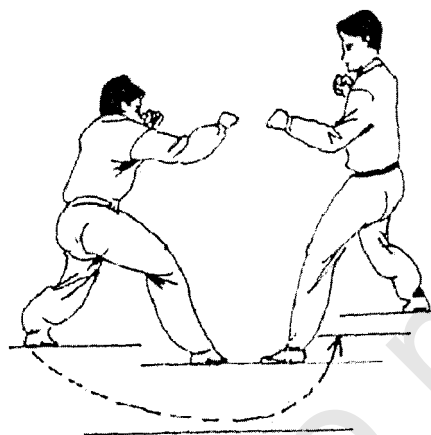
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٢٩٥».

٢- هاجم الخصم، بالهبوط إلى الأسفل، مقرصاً على الرجل اليمنى، مع الاستناد باليدين على الأرض، ومد الرجل اليسرى مستقيمة، ثم الاكتساح بالقدم اليسرى بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في عكس اتجاه دوران عقارب الساعة» إلى منطقة عقب القدم اليسرى.

٤- فيصاب الخصم ويسقط أرضاً. «الشكل ٢٩٦».



شکل ۲۹۶



شکل ۲۹۵

المهارة الحادية عشرة: ركلة الاكتساح الأفقي المرتفع الدوراني «تشويان تي هنج ساوتوي»

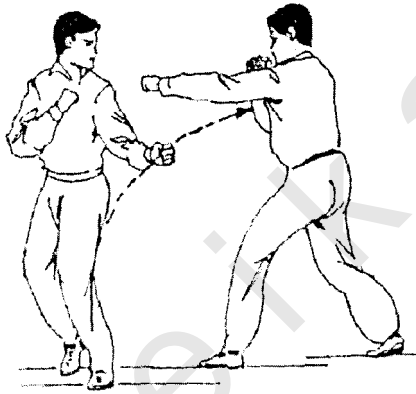
Skill No. «11»: Spin Up Horizontal Sweep Kick «Zhuan Ti Heng Sao Tui»

المثال الأول:

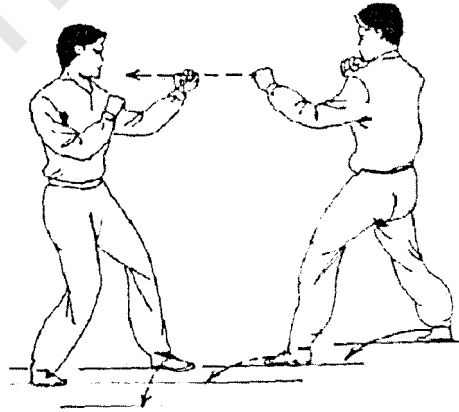
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٢٩٧».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى الخلف بالقدم اليسرى. «الشكل ٢٩٨».

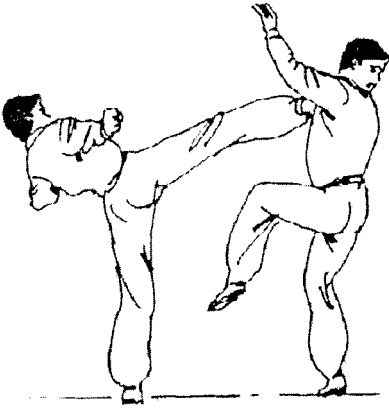
٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بإدارة الجسم بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في نفس اتجاه دوران عقارب الساعة» متخذاً من باطن القدم اليسرى محور ارتكاز، ثم تسديد ركلة اكتساح أفقي مرتفع دوراني يمينى إلى منطقة الصدر. «الشكلين ٢٩٩ و ٣٠٠».



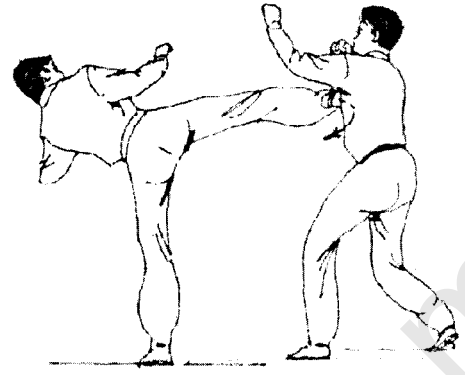
شكل ٢٩٨



شكل ٢٩٩



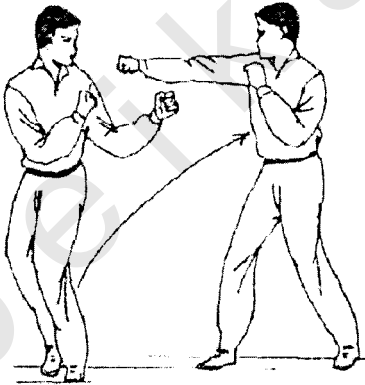
شكل ٣٠٠



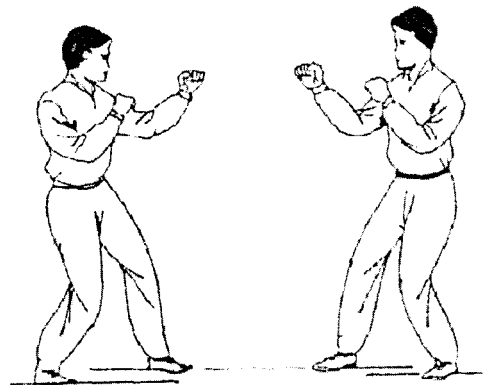
شكل ٢٩٩

المثال الثاني:

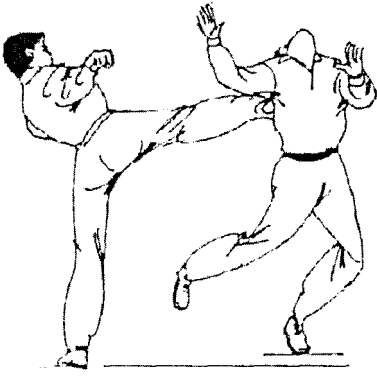
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٣٠١».
- ٢- الخصم يهاجم، بتسديد لكمة مستقيمة يميني إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى الخلف بالقدم اليسرى. «الشكل ٣٠٢».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بإدارة الجسم بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في نفس اتجاه دوران عقارب الساعة» متخذاً من باطن القدم اليسرى محور ارتكاز، ثم تسديد ركلة اكتساح أفقي مرتفع دوران يميني إلى منطقة الأضلاع اليمنى. «الشكلين ٣٠٣ و ٣٠٤».



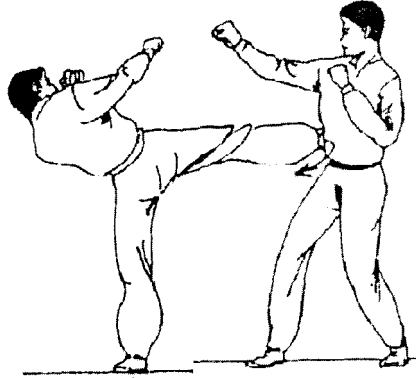
شكل ٣٠٢



شكل ٣٠١



شكل ٣٠٤



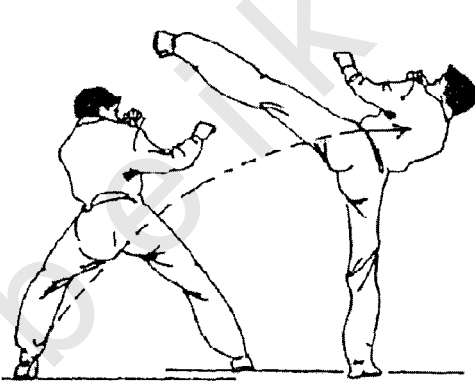
شكل ٣٠٣

المثال الثالث:

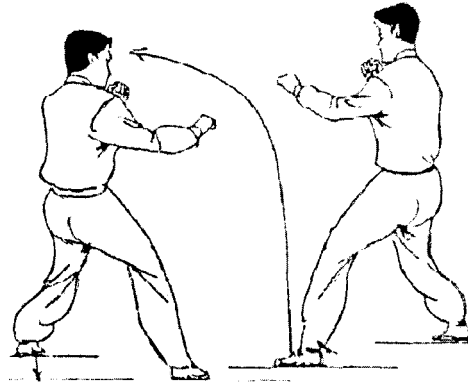
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٣٠٥».

٢- الخصم يهاجم، بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بخفض الجسم إلى الأسفل. «الشكل ٣٠٦».

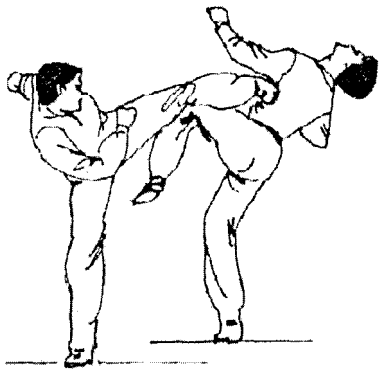
٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بإدارة الجسم بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في عكس اتجاه دوران عقارب الساعة»، متخذاً من باطن القدم اليمنى محور ارتكاز، ثم تسديد ركلة اكتساح أفقي مرتفع دوراني يسرى إلى منطقة الأضلاع اليسرى. «الشكلين ٣٠٧ و ٣٠٨».



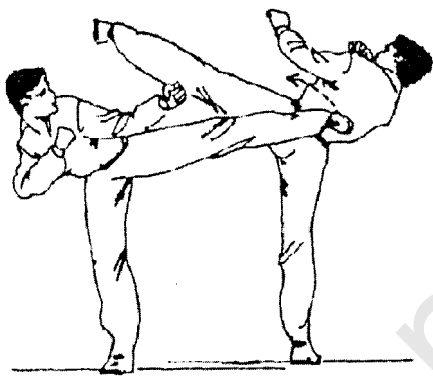
شكل ٣٠٦



شكل ٣٠٥



شکل ۳۰۸



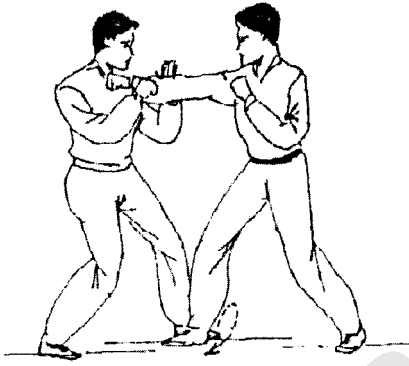
شکل ۳۰۷

المهارة الثانية عشرة: الركلة الخطافية «جوتي توي».

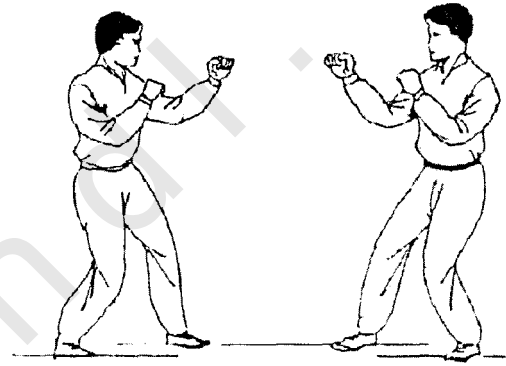
Skill No.«12»:Hook Kick «Gou Ti Tui»

المثال الأول:

- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٣٠٩».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد براحة اليد اليسرى. «الشكل ٣١٠».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة خطافية يسرى إلى منطقة عقب القدم اليمنى. «الشكل ٣١١».



شكل ٣١٠



شكل ٣٠٩



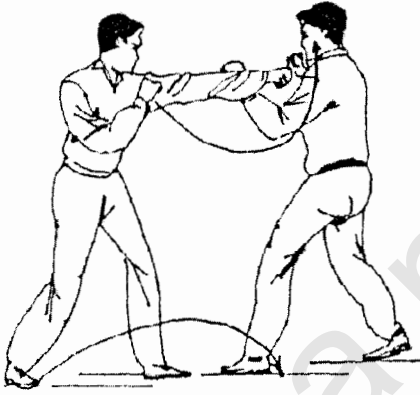
شكل ٣١١

المثال الثاني:

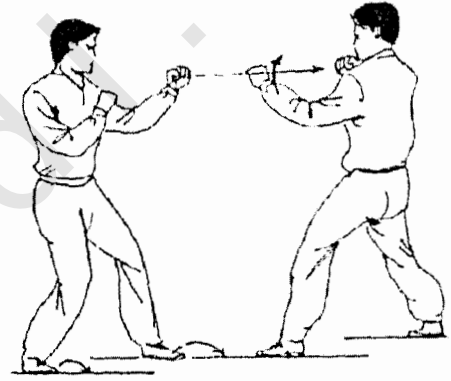
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٣١٢».

٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. يدافع الخصم ضد الهجمة، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٣١٣».

٣- فور ذلك، هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بتسديد لكمة متأرجحة يمنى إلى منطقة الوجه، وفي نفس الوقت تسديد ركلة خطافية يمنى إلى منطقة عقب القدم اليسرى. «الشكلين ٣١٤ و ٣١٥».



شكل ٣١٣



شكل ٣١٢



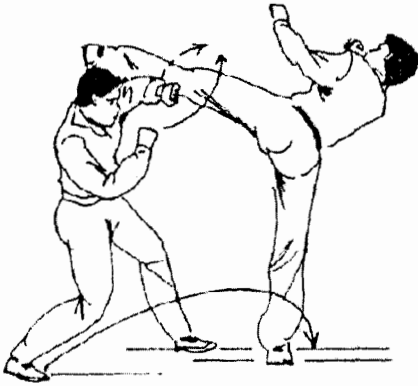
شكل ٣١٥



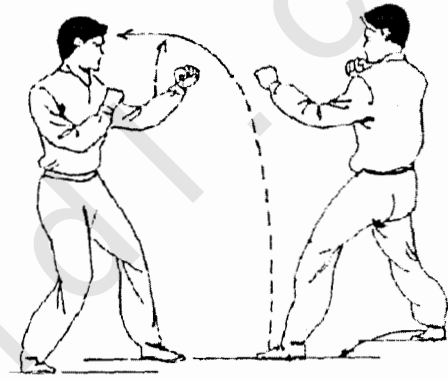
شكل ٣١٤

المثال الثالث:

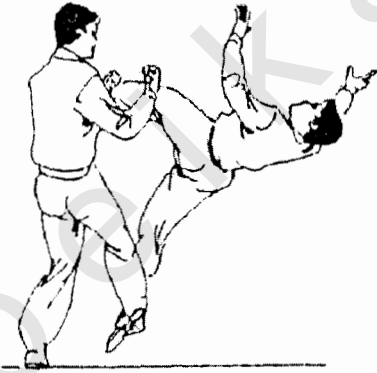
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٣١٦».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٣١٧».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة خطافية يمينى إلى منطقة عقب القدم اليمنى، وفي نفس الوقت، ادفع الخصم بكلتا الساعدين إلى الاتجاه العكسي «الأمام».
- ٤- فيسقط الخصم أرضاً. «الشكلين ٣١٨ و ٣١٩».



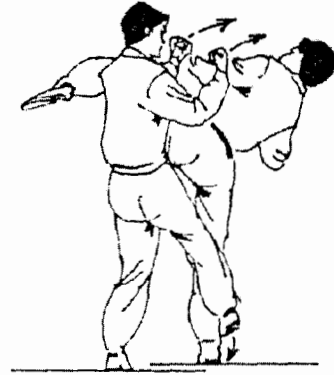
شكل ٣١٧



شكل ٣١٦



شكل ٣١٩



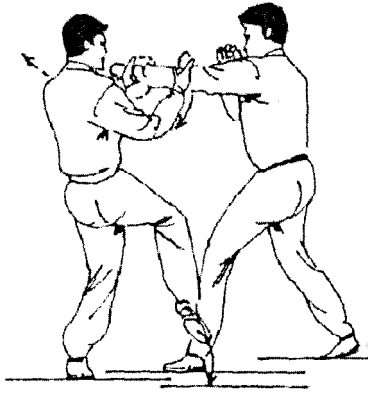
شكل ٣١٨

المثال الرابع:

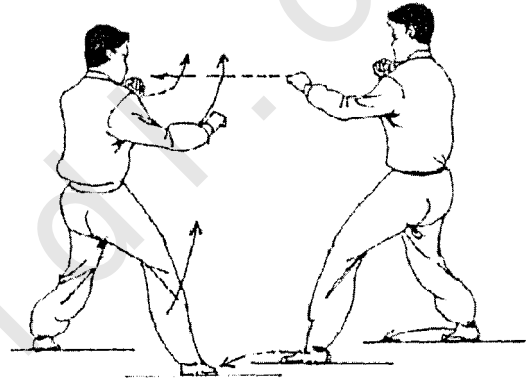
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٣٢٠».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بكلتا الراحتين. «الشكل ٣٢١».

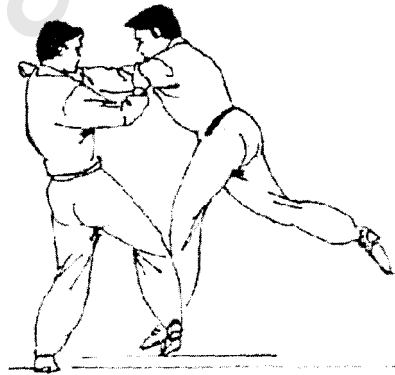
٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالقبض بكلتا اليدين على ذراعه اليسرى، وشده إلى الخلف وفي نفس الوقت، تسديد ركلة خطافية يمنى إلى منطقة عقب القدم اليسرى. «الشكل ٣٢٢».



شكل ٣٢١



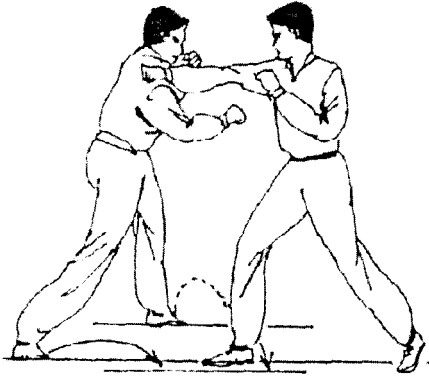
شكل ٣٢٠



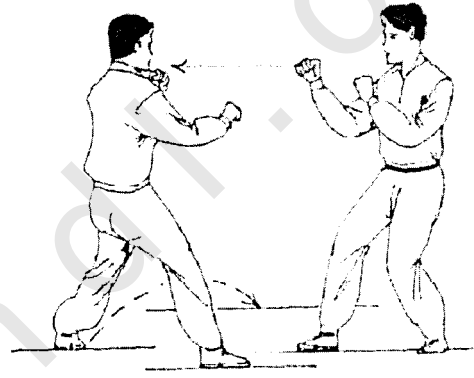
شكل ٣٢٢

المثال الخامس:

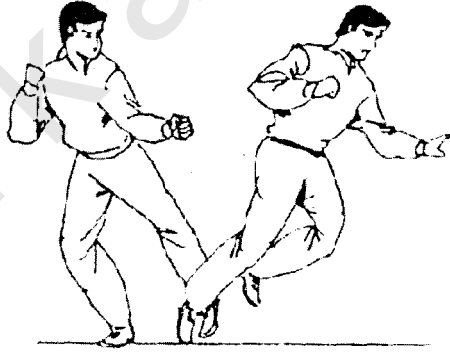
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٣٢٣».
- ٢- الخصم يهاجم، بتسديد لكمة مستقيمة يمنى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى الأمام يساراً بالقدم اليسرى. «الشكل ٣٢٤».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالخطو إلى الأمام بالقدم اليمنى «لتقليل المسافة القتالية»، ثم تسديد ركلة خطافية يسرى إلى منطقة عقب القدم اليمنى.
- ٤- فيسقط الخصم أرضاً. «الشكل ٣٢٥».



شكل ٣٢٤



شكل ٣٢٣



شكل ٣٢٥

المهارة الثالثة عشرة: ركلة الاعتراض «جيه توي»

Skill No. «13»: Intercept Kick «Jie Tui»

المثال الأول:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد

للقتال «أيمن». «الشكل ٣٢٦».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى منطقة

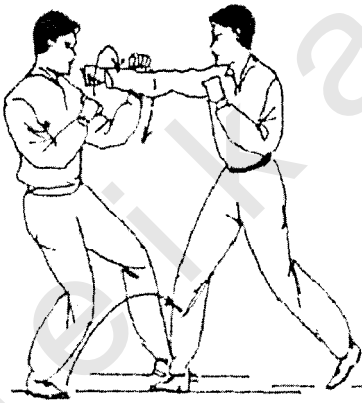
الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصعد بالساعد الأيسر. «الشكل ٣٢٧».

٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالقبض بكلتا اليدين على ذراعه اليمينى وشده إلى

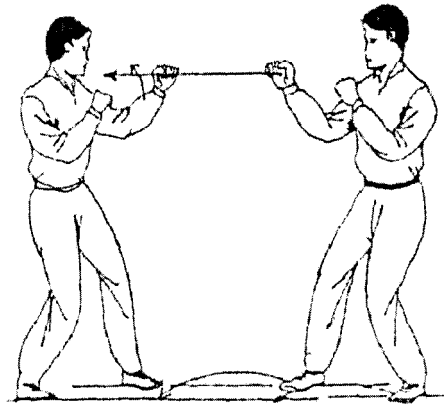
الأسفل، وفي نفس الوقت تسديد ركلة اعتراض يمينى إلى منطقة قصبة الساق اليمينى.

«الشكل ٣٢٨».

٤- يصاب الخصم ويسقط أرضاً. «الشكل ٣٢٩».



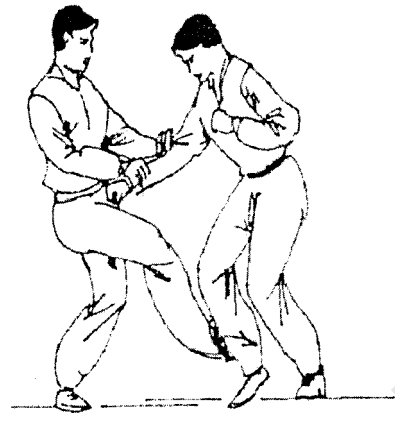
شكل ٣٢٧



شكل ٣٢٦



شكل ٣٢٩

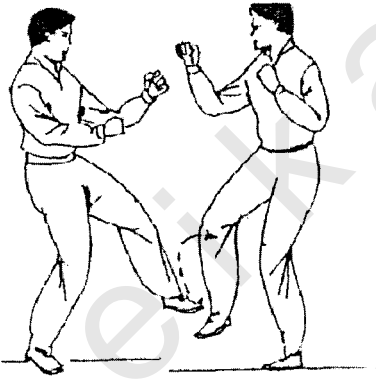


شكل ٣٢٨

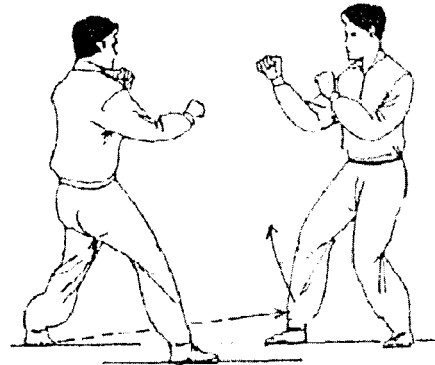
المثال الثاني:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». (الشكل ٣٣٠).

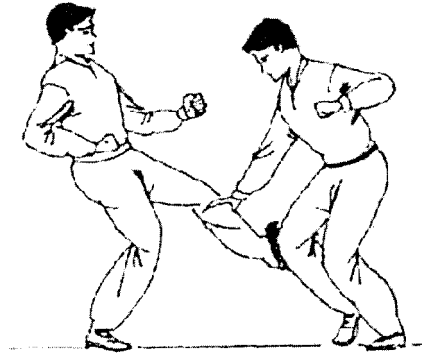
٢- الخصم يهاجم، برفع رجله اليمنى إلى الأعلى استعداداً للركل. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت» بتسديد ركلة اعتراض يسرى إلى منطقة الركبة اليمنى. (الشكلين ٣٣١ و٣٣٢).



شكل ٣٣١



شكل ٣٣٠



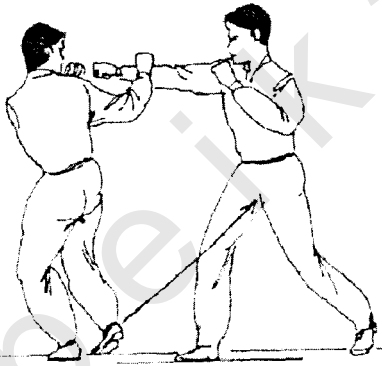
شکل ۳۳۲

المهارة الرابعة عشرة: الركلة الخلفية «هو تي توي»

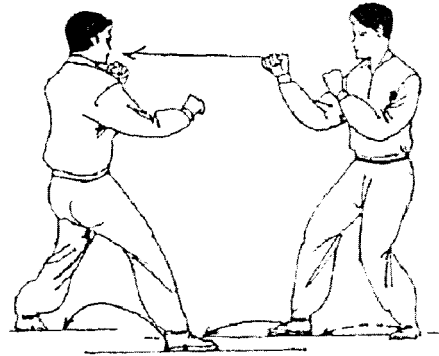
Skill No. «14»: Back Kick «Hou Ti Tui»

المثال الأول:

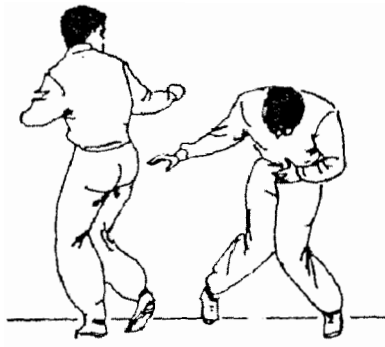
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٣٣٣».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمنى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى الخلف بالقدم اليمنى، مع الصد بالساعد الأيمن. «الشكل ٣٣٤».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بإدارة الجسم إلى الخلف، ثم تسديد ركلة خلفية يمنى إلى منطقة منفرج الرجلين. «الشكل ٣٣٥».
- ٤- يصاب الخصم. «الشكل ٣٣٦».



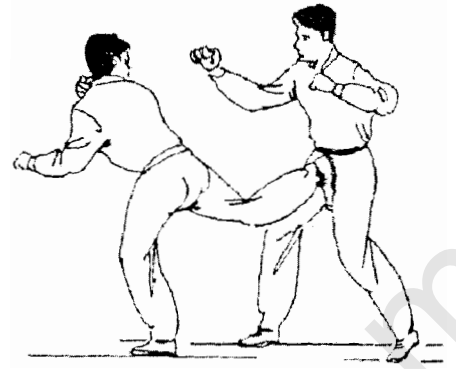
شكل ٣٣٤



شكل ٣٣٣



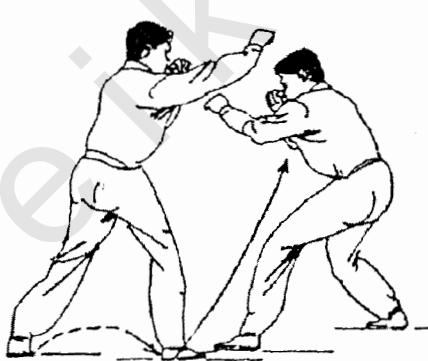
شكل ٣٣٦



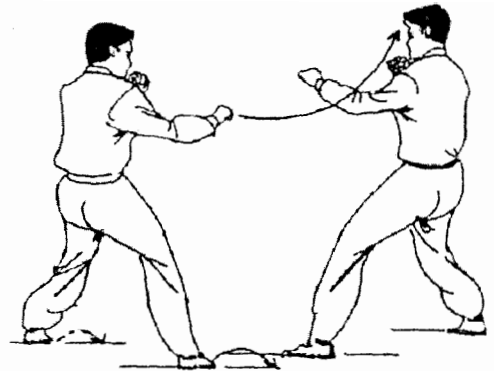
شكل ٣٣٥

المثال الثاني:

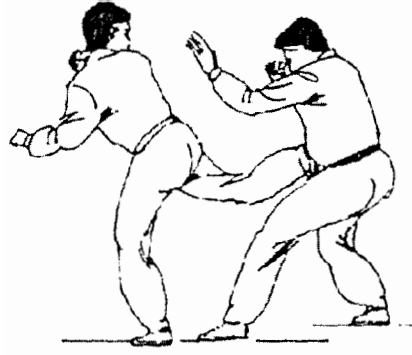
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٣٣٧».
- ٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة متأرجحة يمينى إلى منطقة الوجه.
- يدافع الخصم ضد الهجمة، بخفض الجسم إلى الأسفل. «الشكل ٣٣٨».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بالخطو إلى الأمام بالقدم اليسرى «لتقليل المسافة القتالية»، مع إدارة الجسم إلى الخلف، ثم تسديد ركلة خلفية يمينى إلى منطقة البطن. «الشكل ٣٣٩».



شكل ٣٣٨



شكل ٣٣٧



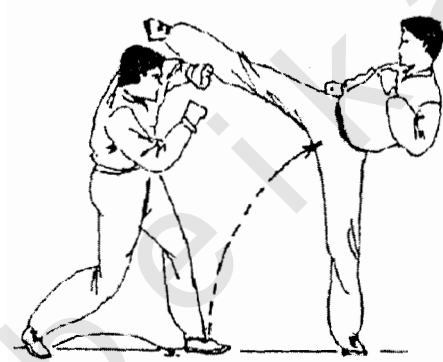
شكل ٣٣٩

المثال الثالث:

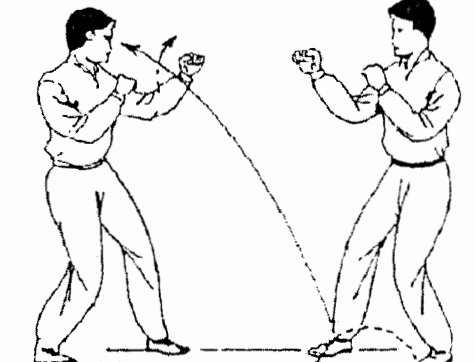
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٣٤٠».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٣٤١».

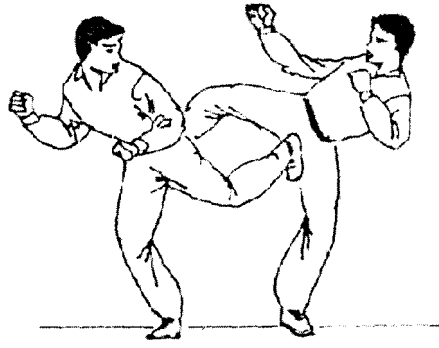
٣- فور ذلك، هاجم الخصم بالخطو إلى الأمام بالقدم اليمنى، «لتقليل المسافة القتالية»، مع إدارة الجسم إلى الخلف، ثم تسديد ركلة خلفية يسرى إلى منطقة منفرج الرجلين. «٣٤٢».



شكل ٣٤١



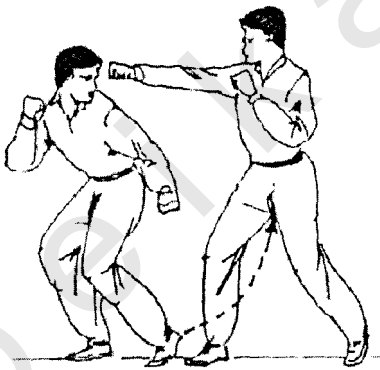
شكل ٣٤٠



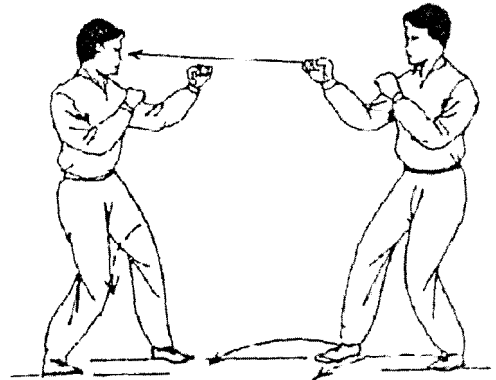
شكل ٣٤٢

المثال الرابع:

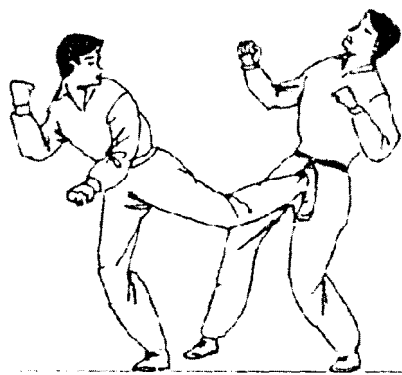
- ١ - قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٣٤٣».
- ٢ - الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمنى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بخفض الجسم إلى الأسفل. «الشكل ٣٤٤».
- ٣ - فور ذلك، هاجم الخصم، بإدارة الجسم إلى الخلف، ثم تسديد ركلة خلفية يسرى إلى منطقة منفرج الرجلين. «الشكل ٣٤٥».



شكل ٣٤٤



شكل ٣٤٣



شکل ۳۴۵

المهارة الخامسة عشرة: الركلة الصاعدة الخلفية: «هوشيان توي»

Skill No. «15»: Back Lift Kick «Hou Xian Tui»

المثال الأول:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد

للقتال «أيمن». «الشكل ٣٤٦».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم رفع رجله اليمنى إلى الأعلى، استعداداً

للكل. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى الخلف بالقدم اليسرى، مع الصد براحة

اليدين اليسرى. «الشكل ٣٤٧».

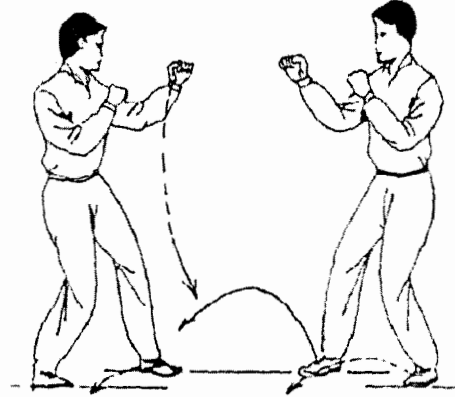
٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بإدارة الجسم إلى الخلف، ثم تسديد ركلة صاعدة

خلفية يسرى إلى منطقة الذقن. «الشكل ٣٤٨».

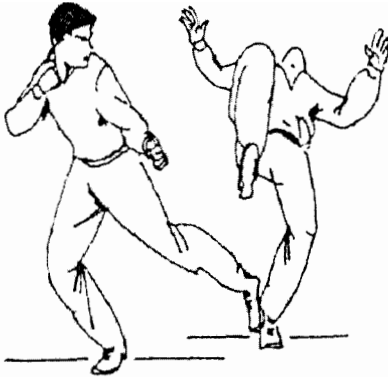
٤- يصاب الخصم ويسقط أرضاً. «الشكل ٣٤٩».



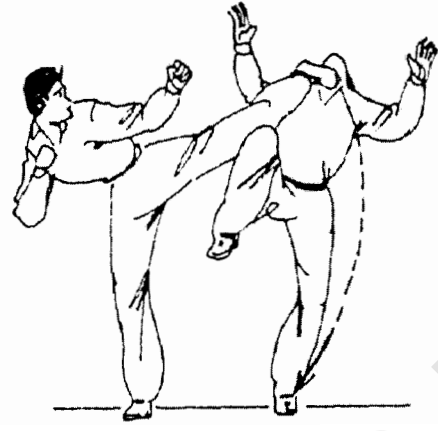
شكل ٣٤٧



شكل ٣٤٦



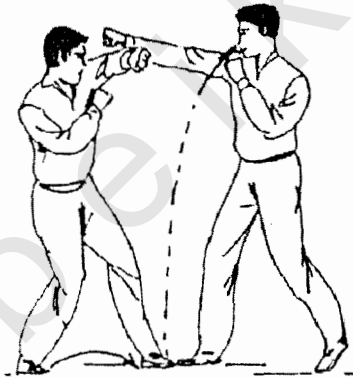
شكل ٣٤٩



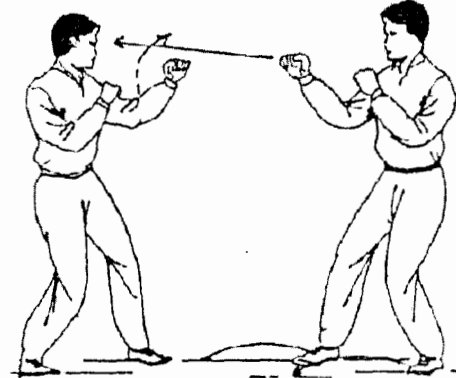
شكل ٣٤٨

المثال الثاني:

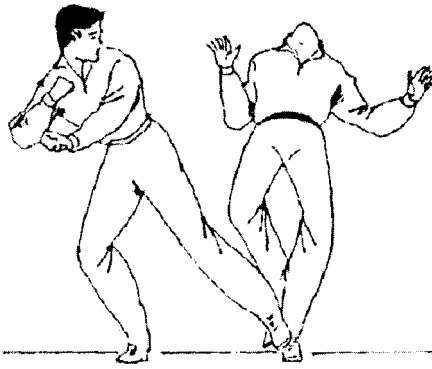
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٣٥٠».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٣٥١».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالخطو إلى الأمام بالقدم اليسرى «لتقليل المسافة القتالية»، مع إدارة الجسم إلى الخلف، ثم تسديد ركلة صاعدة خلفية يسرى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٣٥٢».
- ٤- يصاب الخصم. «الشكل ٣٥٣».



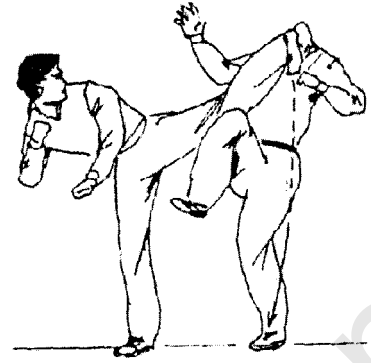
شكل ٣٥١



شكل ٣٥٠



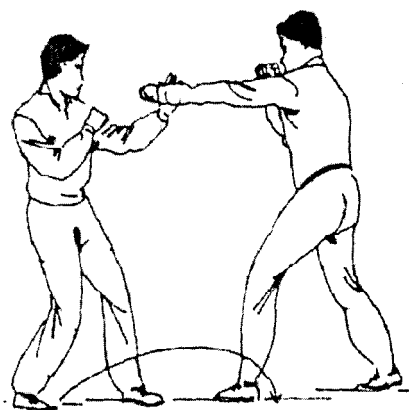
شكل ٣٥٣



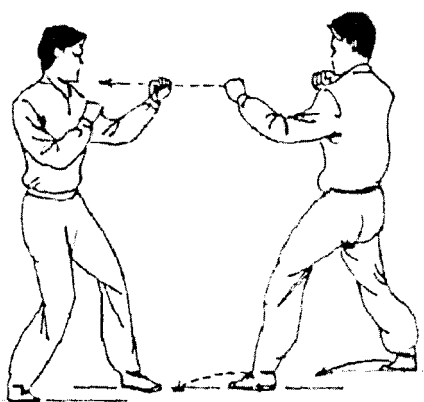
شكل ٣٥٢

المثال الثالث:

- ١ - قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٣٥٤».
- ٢ - الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد براحة اليد اليسرى. «الشكل ٣٥٥».
- ٣ - هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بتسديد ركلة خطافية يمنى إلى منطقة عقب القدم اليسرى. يدافع الخصم ضد الهجمة، برفع الركبة اليسرى إلى الأعلى. «الشكل ٣٥٦».
- ٤ - فور ذلك فاجئ الخصم بهجمة غير متوقعة «هجمة حقيقية»، «بتحويل الهجوم من الأسفل إلى الأعلى» بالخطو إلى الخلف بالقدم اليمنى، مع إدارة الجسم إلى الخلف، ثم تسديد ركلة صاعدة خلفية يمنى إلى منطقة الوجه. «الشكلين ٣٥٧ و ٣٥٨».



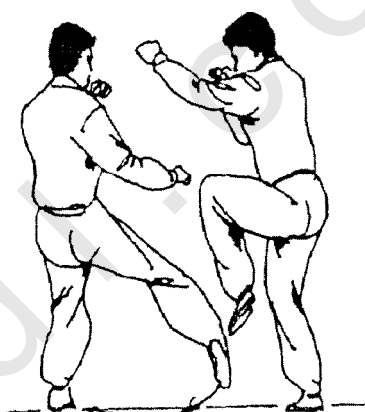
شکل ۳۵۵



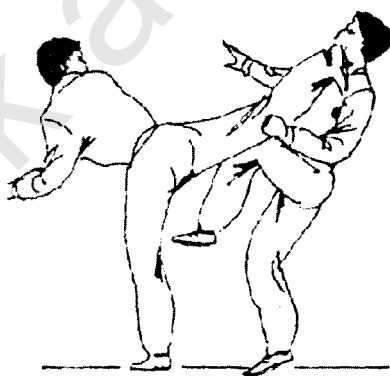
شکل ۳۵۴



شکل ۳۵۷



شکل ۳۵۶



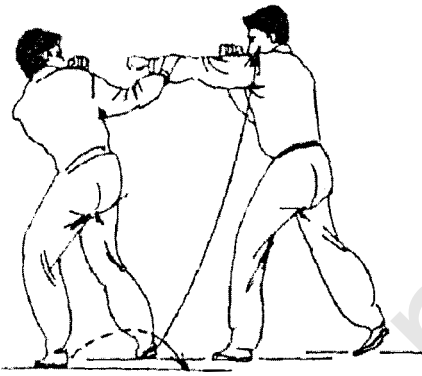
شکل ۳۵۸

المثال الرابع:

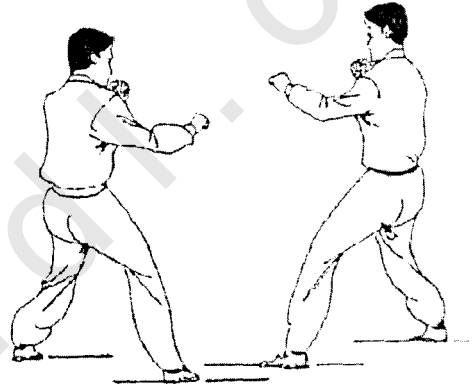
١ - قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٣٥٩».

٢ - الخصم يهاجم، بتسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد براحة اليد اليمنى. «الشكل ٣٦٠».

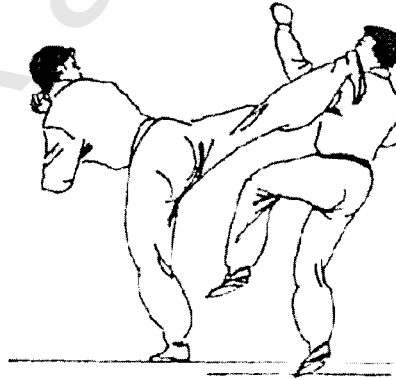
٣ - فور ذلك، هاجم الخصم، بالخطو إلى الأمام بالقدم اليسرى «لتقليل المسافة القتالية»، مع إدارة الجسم إلى الخلف، ثم تسديد ركلة صاعدة خلفية يمنى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٣٦١».



شكل ٣٦٠



شكل ٣٥٩



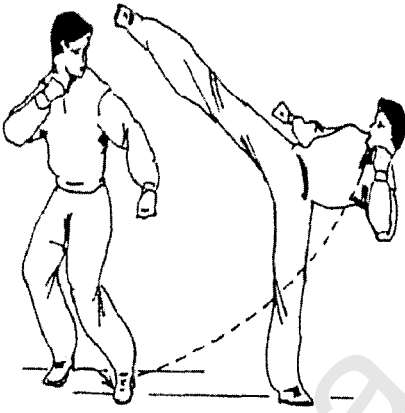
شكل ٣٦١

المثال الخامس:

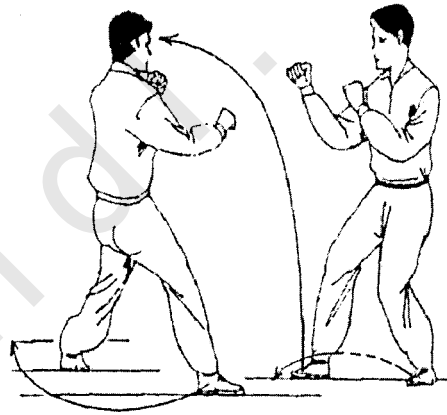
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٣٦٢».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى الخلف بالقدم اليمنى، مع إدارة الجسم بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة (في نفس اتجاه دوران عقارب الساعة). «الشكل ٣٦٣».

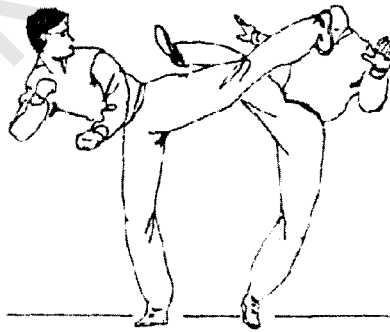
٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالخطو بالقدم اليمنى إلى الأمام «لتقليل المسافة القتالية»، مع إدارة الجسم إلى الخلف، ثم تسديد ركلة صاعدة خلفية يسرى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٣٦٤».



شكل ٣٦٣



شكل ٣٦٢



شكل ٣٦٤

المهارة السادسة عشرة: الركلات الصاعدة الخلفية المتسلسلة المتعاقبة «ليان هيوان هو شيان توي»

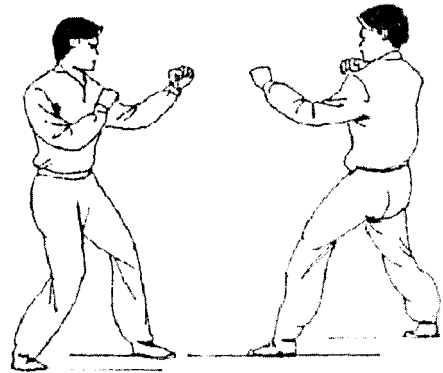
Skill No. «16»: Successive Linked Back Lift Kicks «Lian Huan Hou Xian Tui»

المثال الأول:

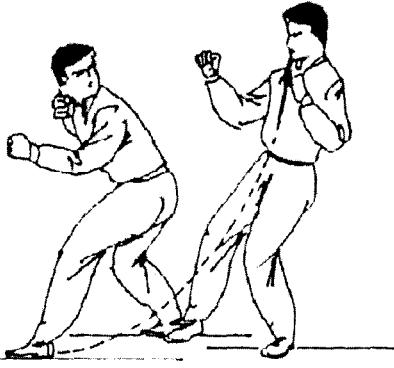
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٣٦٥».
- ٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بتسديد ركلة خطافية يمينى إلى منطقة عقب القدم اليسرى. يدافع الخصم ضد الهجمة، برفع الركبة اليسرى إلى الأعلى. «الشكل ٣٦٦».
- ٣- فاجئ الخصم بهجمة غير متوقعة «هجمة حقيقية»، بتحويل الهجوم من الأسفل إلى الأعلى، بإدارة الجسم إلى الخلف، ثم تسديد ركلة صاعدة خلفية يمينى إلى منطقة الوجه.
- ٤- «ينجح الخصم في الدفاع ضدها بالصد بالساعد الأيمن»، ثم أعقبها بركلة صاعدة خلفية يسرى إلى منطقة الوجه أيضاً، فيصاب على أثرها الخصم. «الأشكال ٣٦٧ و ٣٦٨ و ٣٦٩».



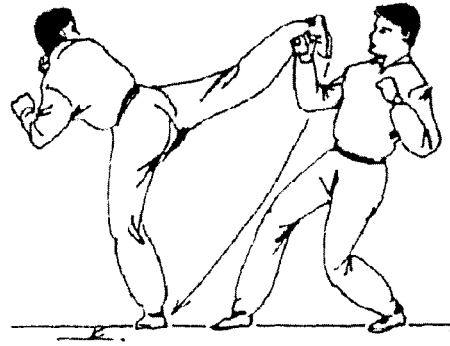
شكل ٣٦٦



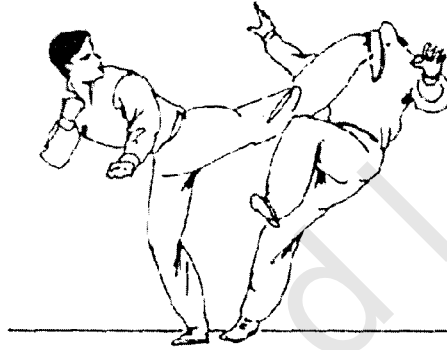
شكل ٣٦٥



شكل ٣٦٨



شكل ٣٦٧

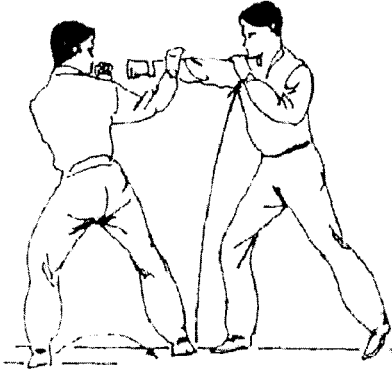


شكل ٣٦٩

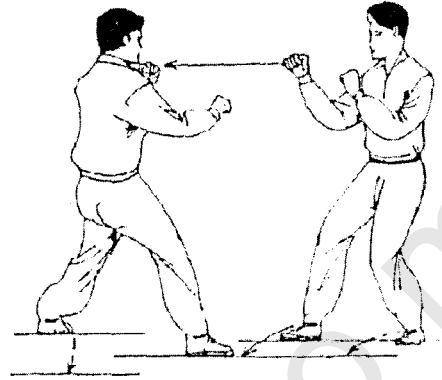
المثال الثاني:

- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٣٧٠».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمنى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى اليمين بالقدم اليسرى، مع الصد براحة اليد اليمنى. «الشكل ٣٧١».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالخطو إلى الأمام بالقدم اليسرى «لتقليل المسافة القتالية»، مع إدارة الجسم إلى الخلف، ثم تسديد ركلة صاعدة خلفية يمنى إلى منطقة الوجه، ثم أعقبها بركلة صاعدة خلفية يسرى إلى منطقة الوجه أيضاً، فيصاب الخصم

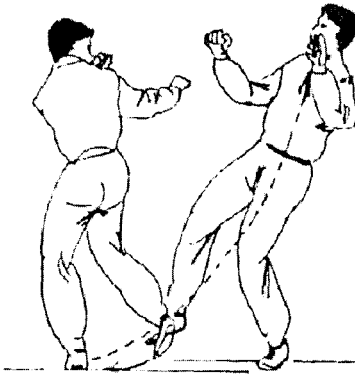
ويسقط أرضاً. «الأشكال ٣٧٢ و ٣٧٣ و ٣٧٤».



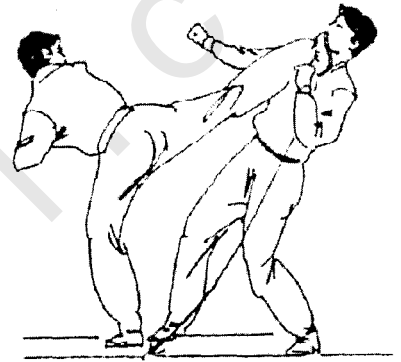
شكل ٣٧١



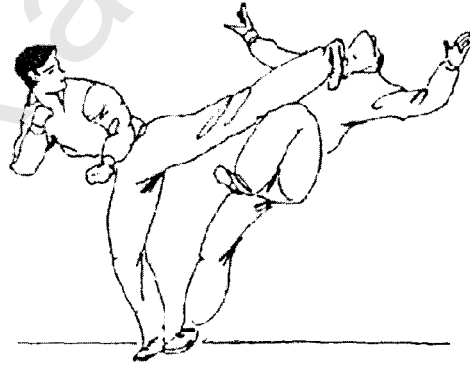
شكل ٣٧٠



شكل ٣٧٣



شكل ٣٧٢



شكل ٣٧٤

المهارة السابعة عشرة: ركلة التآرجح للخارج «واي باي توي»

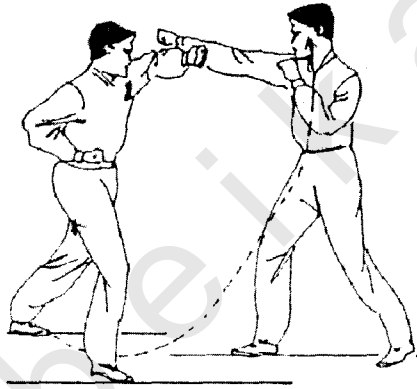
Skill No. «17»: Outside Sway Kick «Wai Bai Tui»

المثال الأول:

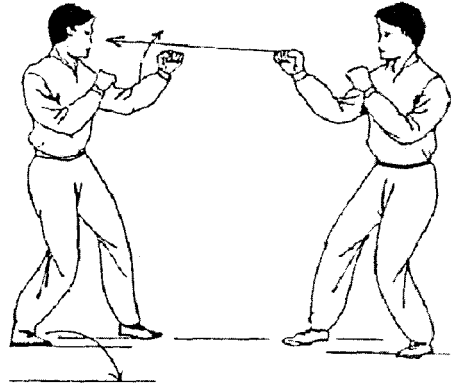
١ - قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٣٧٥».

٢ - الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمنى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى اليمين بالقدم اليمنى، مع الصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٣٧٦».

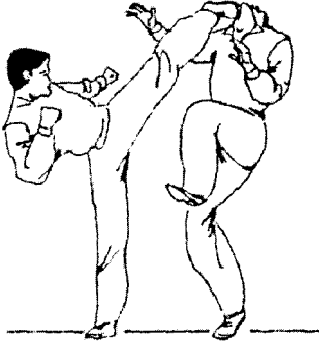
٣ - فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة التآرجح للخارج اليسرى إلى منطقة الجانب الأيسر من الوجه. «الشكلين ٣٧٧ و٣٧٨».



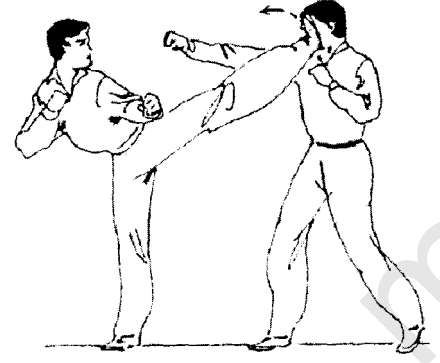
شكل ٣٧٦



شكل ٣٧٥



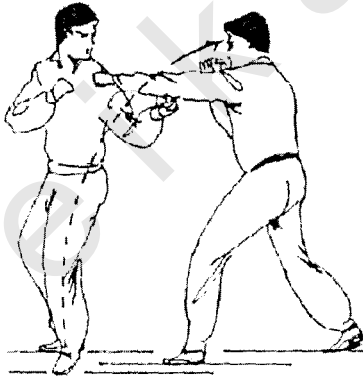
شكل ٣٧٨



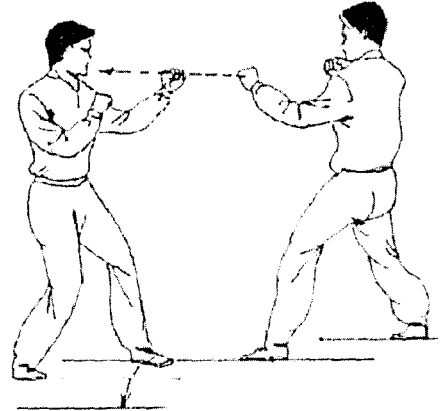
شكل ٣٧٧

المثال الثاني:

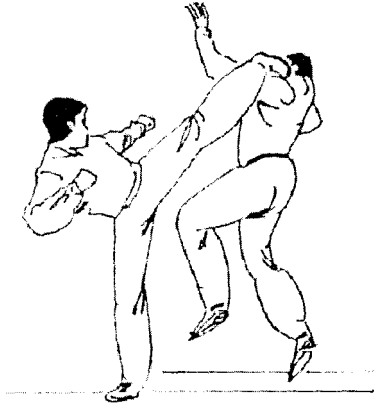
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٣٧٩».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى اليمين بالقدم اليسرى. «الشكل ٣٨٠».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة التارجح للخارج اليسرى إلى منطقة الجانب الأيسر من الوجه. «الشكلين ٣٨١ و ٣٨٢».



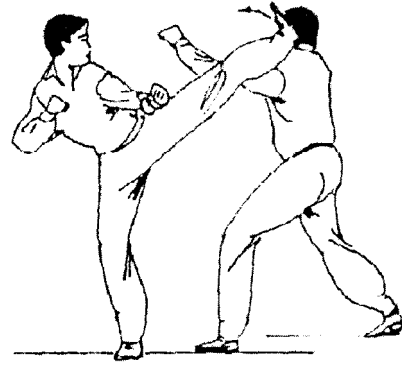
شكل ٣٨٠



شكل ٣٧٩



شكل ٣٨٢

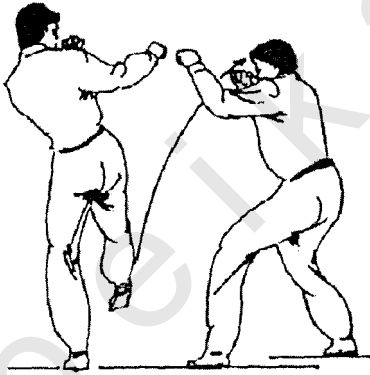


شكل ٣٨١

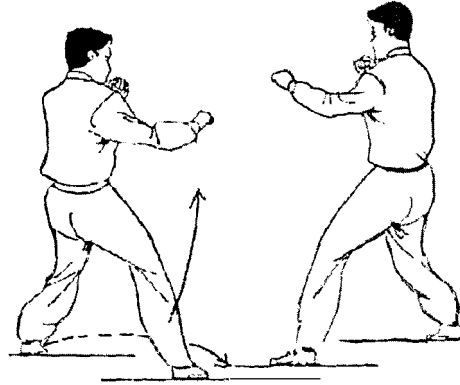
المثال الثالث:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٣٨٣».

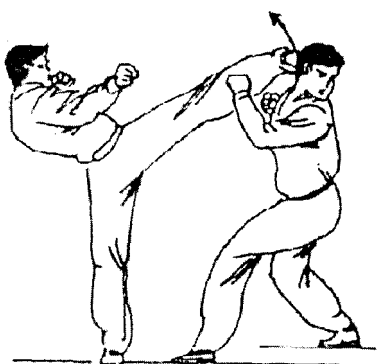
٢- هاجم الخصم، بالخطو إلى الأمام بالقدم اليسرى «لتقليل المسافة القتالية»، ثم تسديد ركلة التارجح للخارج اليمنى إلى الجانب الأيمن من الوجه. فيصاب الخصم. «الأشكال ٣٨٤ و ٣٨٥ و ٣٨٦ و ٣٨٧».



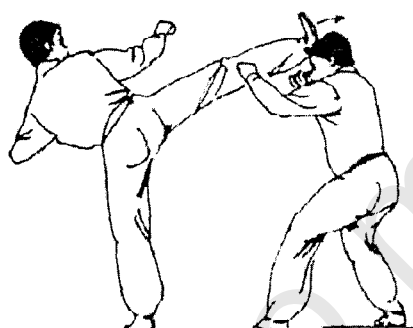
شكل ٣٨٤



شكل ٣٨٣



شکل ۳۸۶



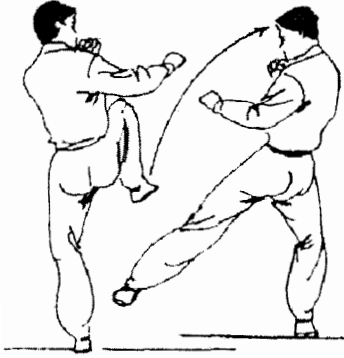
شکل ۳۸۵



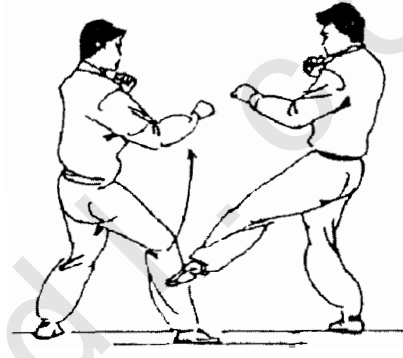
شکل ۳۸۷

المثال الرابع:

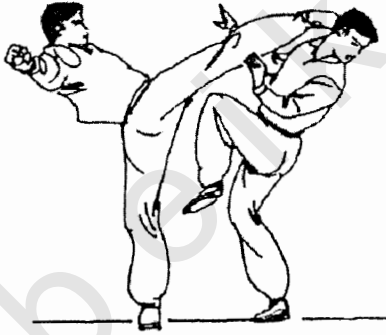
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، الخصم يهاجم، بتسديد ركلة الزنبرك الجانبية اليسرى إلى منطقة الساق اليمنى. «الشكل ٣٨٨».
- ٢- دافع ضد هجمة الخصم، برفع الركبة اليمنى إلى الأعلى. «الشكل ٣٨٩».
- ٣- فاجئ الخصم بهجمة غير متوقعة، بتسديد ركلة التآرجح للخارج اليمنى إلى الجانب الأيمن من الوجه. «الشكلين ٣٩٠ و ٣٩١».



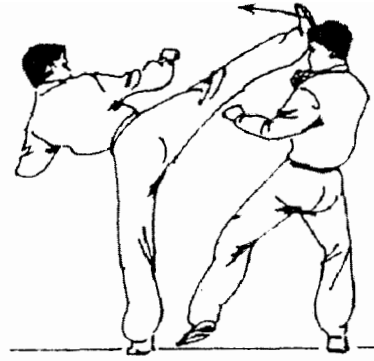
شكل ٣٨٩



شكل ٣٨٨



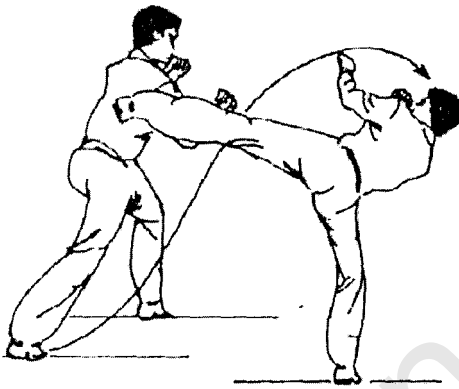
شكل ٣٩١



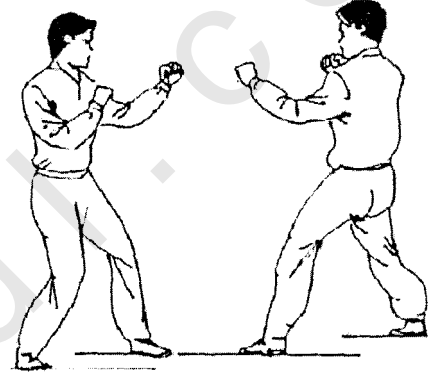
شكل ٣٩٠

المثال الخامس:

- ١ - قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٣٩٢».
- ٢ - الخصم يهاجم، بالخطو إلى الإمام، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الصدر. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى اليسار بالقدم اليسرى. «الشكل ٣٩٣».
- ٣ - فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة التآرجح إلى الخارج اليمنى إلى الجانب الأيمن من الوجه «الشكلين ٣٩٤ و ٣٩٥».



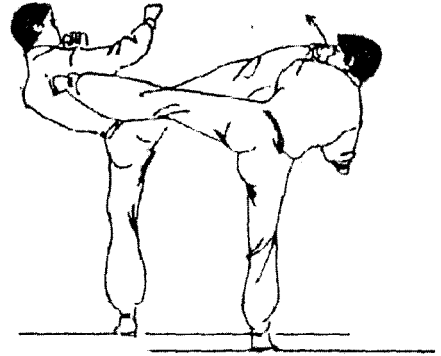
شكل ٣٩٣



شكل ٣٩٢



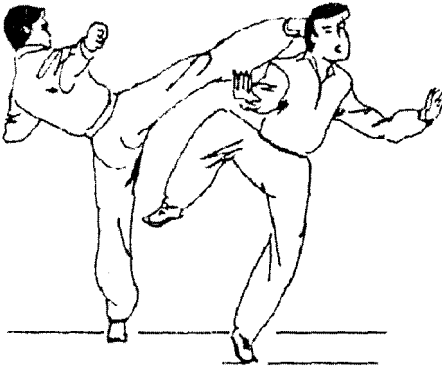
شكل ٣٩٥



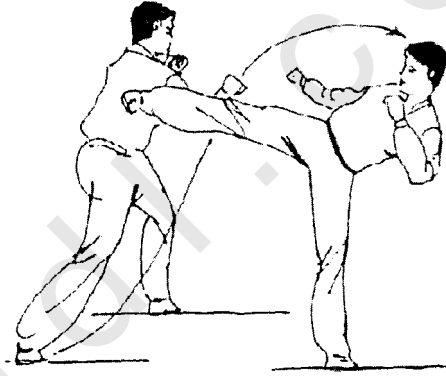
شكل ٣٩٤

المثال السادس:

- ١- إذا ما هاجم الخصم، بتسديد ركلة باطن القدم الجانبية اليمنى إلى منطقة الصدر، دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى اليسار بالقدم اليسرى. «الشكل ٣٩٦».
- ٢- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة التآرجح للخارج اليمنى إلى منطقة خلف الرأس. «الشكل ٣٩٧».



شكل ٣٩٧



شكل ٣٩٦

المهارة الثامنة عشرة: ركلة التارجج للخارج الدورانية «تشيوان شن واي باي توي»

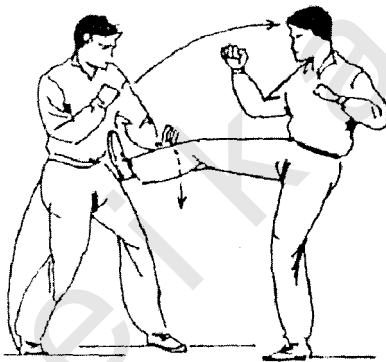
Skill No. «18» :Turn The Body , Outside Sway Kick «Zhuan Shen Wai Bai Tui»

المثال الأول:

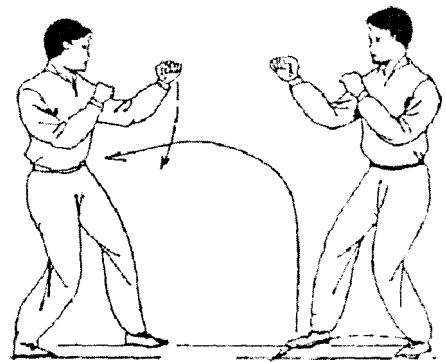
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٣٩٨».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة عقب القدم اليمنى، إلى منطقة البطن. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد براحة اليد اليسرى. «الشكل ٣٩٩».

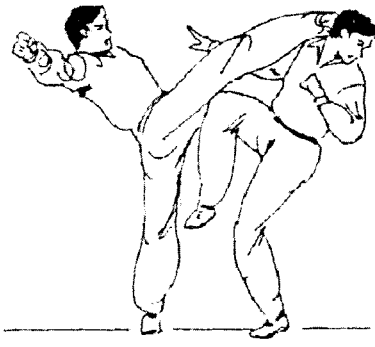
٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بإدارة الجسم بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في نفس اتجاه دوران عقارب الساعة» متخذاً من باطن القدم اليسرى محور ارتكاز، ثم تسديد ركلة التأرجح للخارج الدورانية اليمنى إلى منطقة الجانب الأيمن من الوجه. «الشكلين ٤٠١ و ٤٠٢».



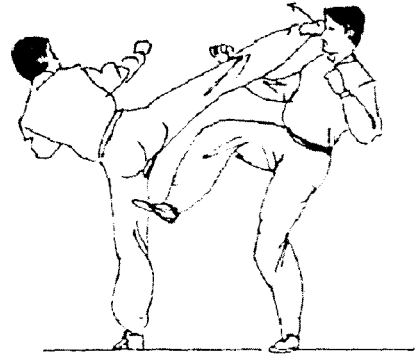
شکل ۳۹۹



شکل ۳۹۸



شكل ٤٠١



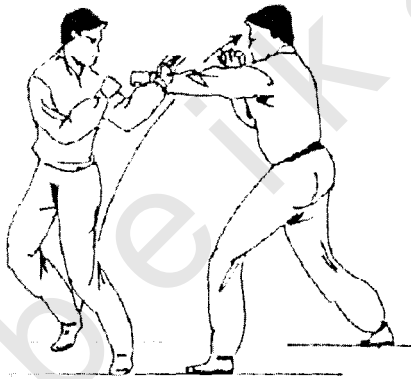
شكل ٤٠٠

المثال الثاني:

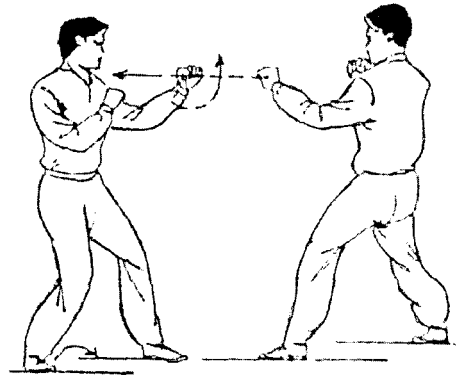
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٤٠٢».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٤٠٣».

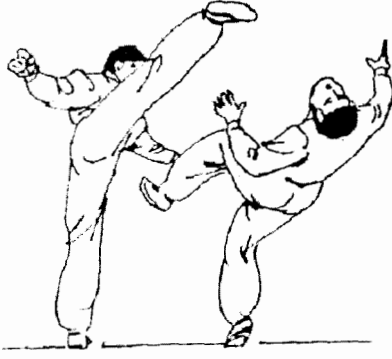
٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بإدارة الجسم بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في نفس اتجاه دوران عقارب الساعة» متخذاً من باطن القدم اليسرى محور ارتكاز، ثم تسديد ركلة التآرجح للخارج الدورانية اليمنى إلى منطقة الجانب الأيمن من الوجه. «الشكلين ٤٠٤ و ٤٠٥».



شكل ٤٠٣



شكل ٤٠٢



شكل ٤٠٥



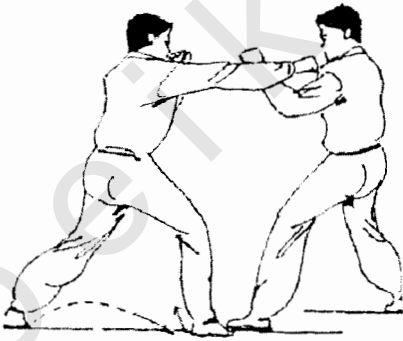
شكل ٤٠٤

المثال الثالث:

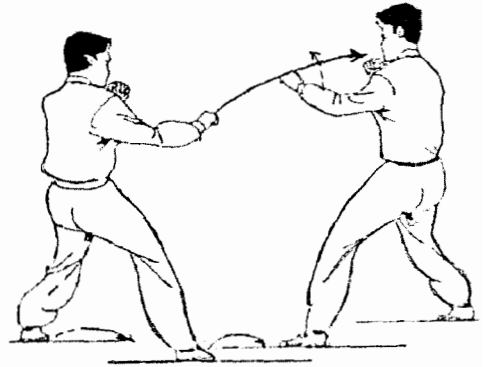
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٤٠٦».

٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمنى إلى منطقة الوجه. يدافع الخصم ضد الهجمة، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٤٠٧».

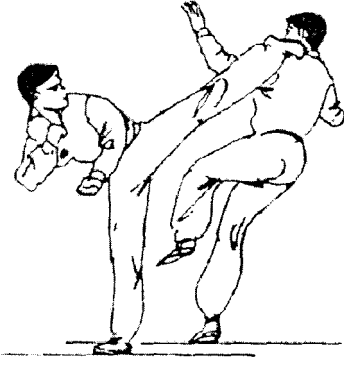
٣- فور ذلك، هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بالخطو إلى الأمام بالقدم اليسرى، ثم إدارة الجسم بزواية مقدارها ١٨٠ درجة «في عكس اتجاه دوران عقارب الساعة» متخذاً من باطن القدم اليمنى محور ارتكاز، ثم تسديد ركلة التآرجح للخارج الدورانية اليسرى إلى منطقة الجانب الأيسر من الوجه. «الشكلين ٤٠٨ و ٤٠٩».



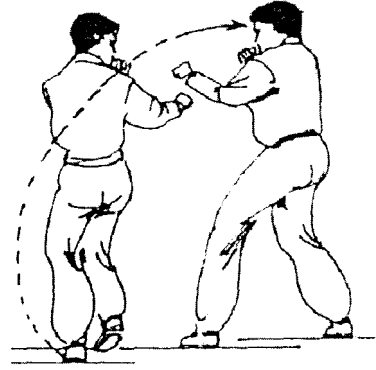
شكل ٤٠٧



شكل ٤٠٦



شكل ٤٠٩



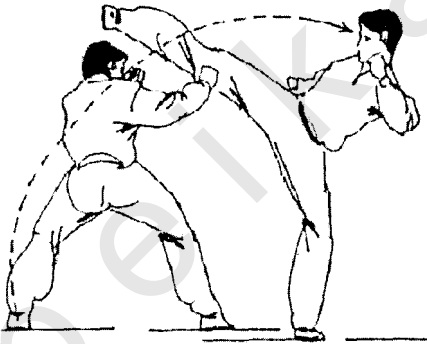
شكل ٤٠٨

المثال الرابع:

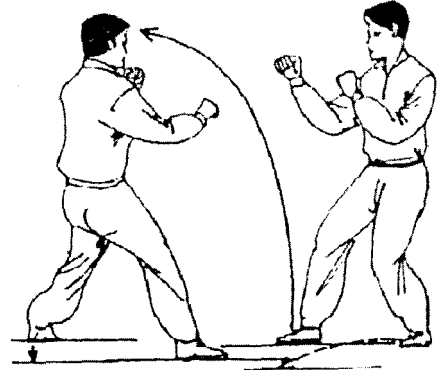
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٤١٠».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بخفض الجسم إلى الأسفل. «الشكل ٤١١».

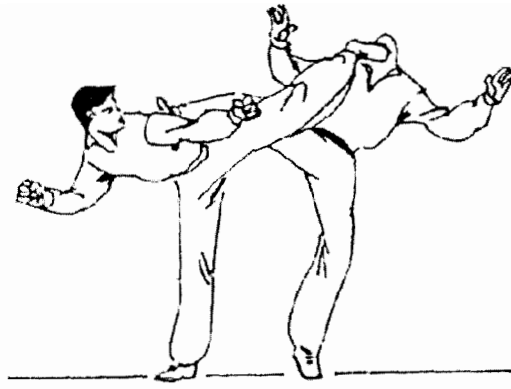
٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بإدارة الجسم بزاوية ١٨٠ درجة «في عكس اتجاه دوران عقارب الساعة» متخذاً من باطن القدم اليمنى محور ارتكاز، ثم تسديد ركلة التراجع للخارج الدورانية اليسرى إلى منطقة الجانب الأيسر من الوجه. «الشكل ٤١٢».



شكل ٤١١



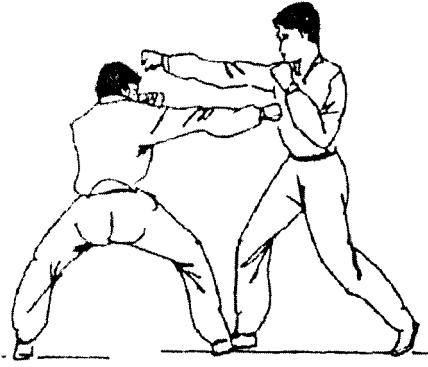
شكل ٤١٠



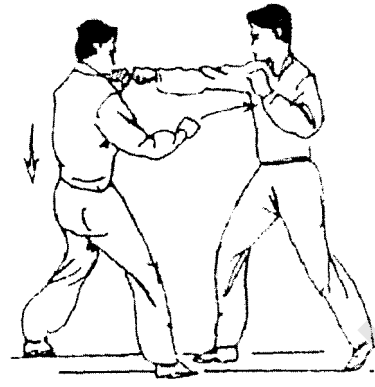
شكل ٤١٢

المثال الخامس:

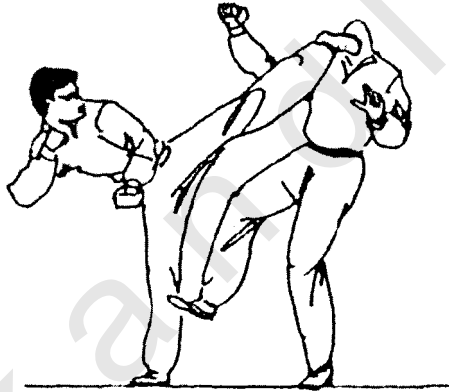
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن». الخصم يهاجم، بتسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٤١٣».
- ٢- دافع ضد هجمة الخصم، بخفض الجسم إلى الأسفل «متخذاً وضع ركوب الفرس»، وفي نفس الوقت، هاجم الخصم «هجمة زائفة» بتسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى منطقة فم المعدة. «الشكل ٤١٤».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بإدارة الجسم بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في عكس اتجاه دوران عقارب الساعة» متخذاً من باطن القدم اليمينى محور ارتكاز، ثم تسديد ركلة التآرجح للخارج الدورانية اليسرى إلى منطقة الجانب الأيسر من الوجه. «الشكل ٤١٥».



شکل ۴۱۴



شکل ۴۱۳



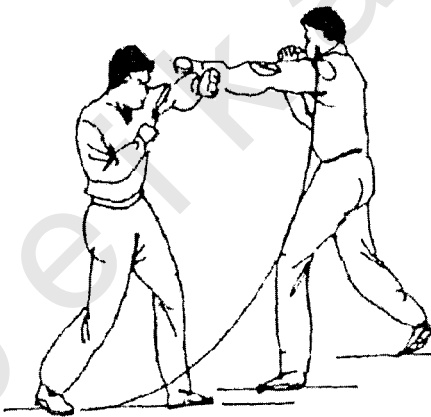
شکل ۴۱۰

المهارة التاسعة عشرة: ركلة التآرجح للداخل «نيه باي توي»/ ركلة الغلق للداخل «لي هي توي»

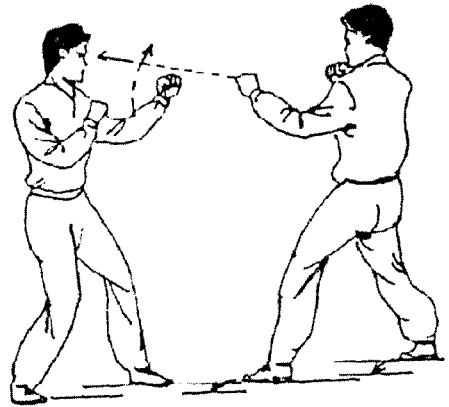
**Skill No. «19»: Inside Sway Kick «Nei Bai Tui»/ Inside Close Kick
«Li He Tui»**

المثال الأول:

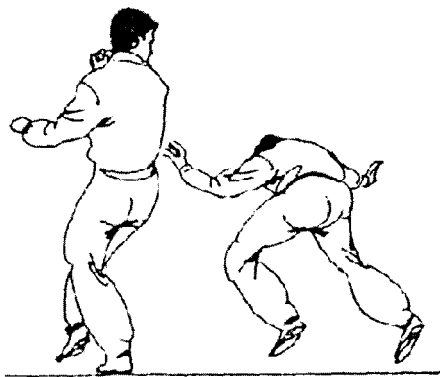
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٤١٦».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيسر. «الشكل ٤١٧».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم بتسديد ركلة التآرجح للداخل اليمنى إلى منطقة الجانب الأيسر من الوجه. «الشكل ٤١٨».
- ٤- يصاب الخصم ويسقط أرضاً. «الشكل ٤١٩».



شكل ٤١٧



شكل ٤١٦



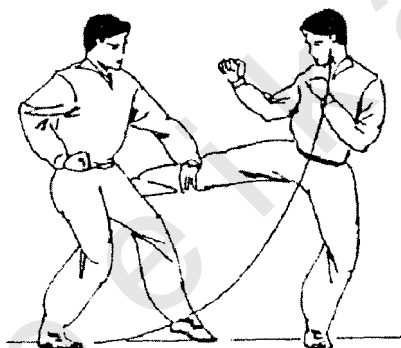
شكل ٤١٩



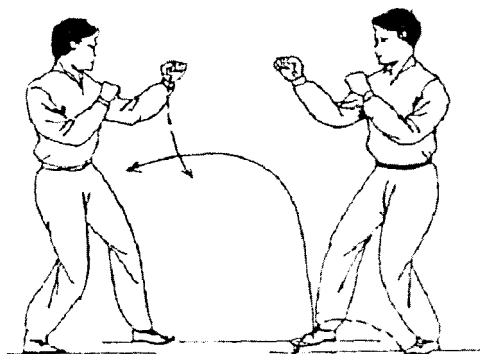
شكل ٤١٨

المثال الثاني:

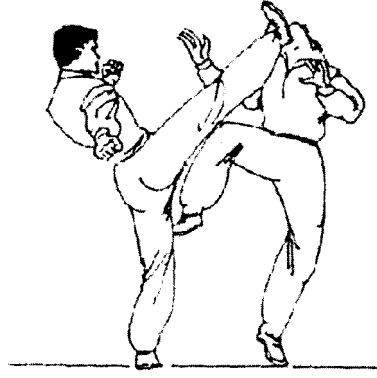
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٤٢٠».
- ٢- الخصم يهاجم بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة عقب القدم اليمنى إلى منطقة البطن. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد براحة اليد اليسرى. «الشكل ٤٢١».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة التآرجح للداخل اليمنى إلى منطقة الجانب الأيسر من الوجه. «الشكل ٤٢٢».



شكل ٤٢١



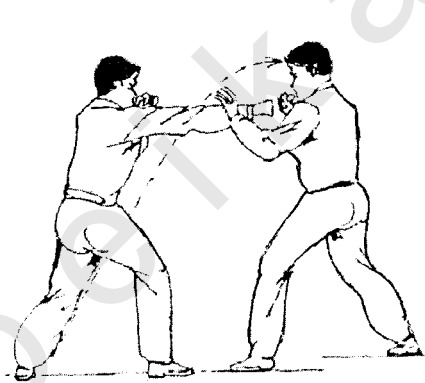
شكل ٤٢٠



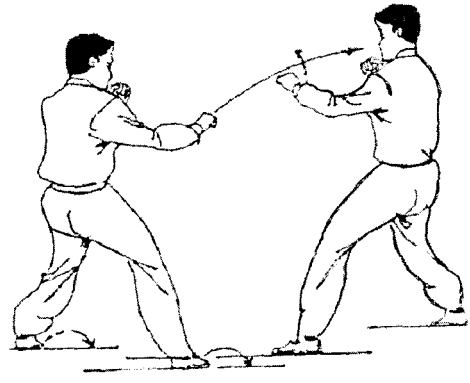
شكل ٤٢٢

المثال الثالث:

- ١ - قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٤٢٣».
- ٢ - هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى منطقة الوجه. يدافع الخصم ضد الهجمة، بالصد براحة اليد اليسرى. «الشكل ٤٢٤».
- ٣ - فور ذلك، هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بتسديد ركلة التآرجح للداخل اليسرى إلى منطقة الجانب الأيمن من الوجه. «الشكل ٤٢٥».
- ٤ - يصاب الخصم ويسقط أرضاً. «الشكل ٤٢٦».



شكل ٤٢٤



شكل ٤٢٣



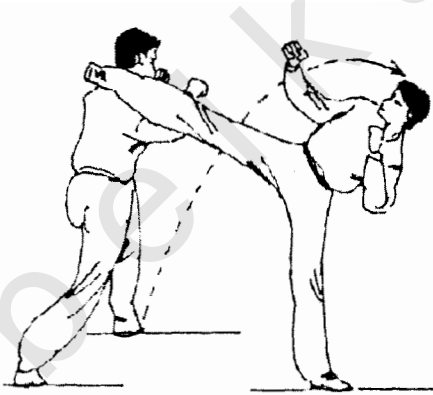
شكل ٤٢٦



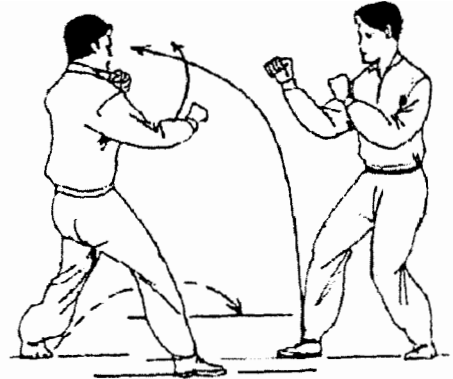
شكل ٤٢٥

المثال الرابع:

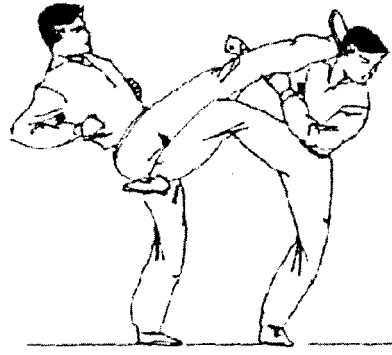
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٤٢٧».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالخطو إلى الإمام يسارًا بالقدم اليسرى، مع الصد بالساعد الأيمن. «الشكل ٤٢٨».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بتسديد ركلة التآرجح للداخل اليسرى إلى منطقة الجانب الأيمن من الوجه. «الشكل ٤٢٩».



شكل ٤٢٨



شكل ٤٢٧



شکل ۴۲۹

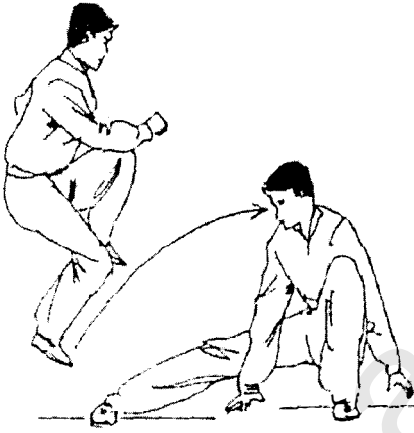
المهارة العشرون: ركلة الزنبرك الأمامية القافزة «تياويو تشنج تان توي»

Skill No. «20»: Jumping Forward Spring Kick «Tiao Yue Zheng Tan Tui»

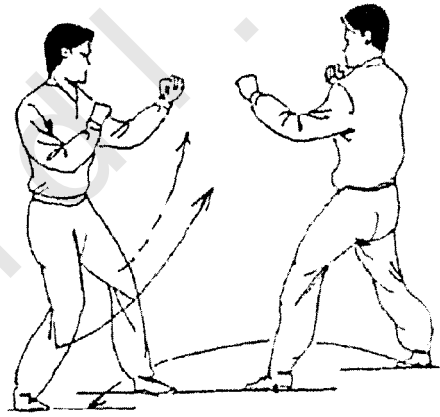
المثال الأول:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٤٣٠».

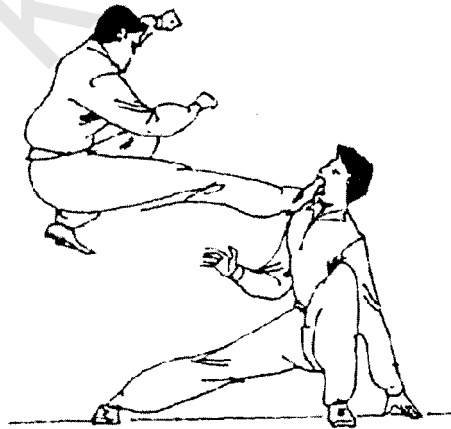
٢- الخصم يهاجم، بتسديد ركلة اكتساح أمامي يميني إلى منطقة عقب القدم اليسرى. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، ثم تسديد ركلة زنبرك أمامية قافزة يميني إلى منطقة الوجه. «الشكلين ٤٣١ و٤٣٢».



شكل ٤٣١



شكل ٤٣٠

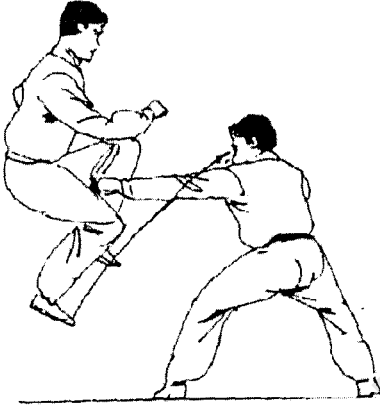


شكل ٤٣٢

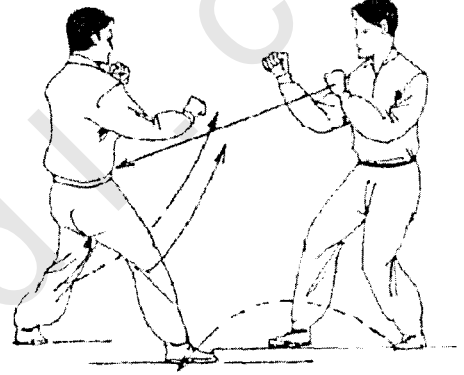
المثال الثاني:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٤٣٣».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام بالقدم اليسرى، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة أسفل البطن. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، ثم تسديد ركلة زنبرك أمامية قافزة يمينى إلى منطقة الوجه. «الشكلين ٤٣٤ و ٤٣٥».



شكل ٤٣٤



شكل ٤٣٣



شكل ٤٣٥

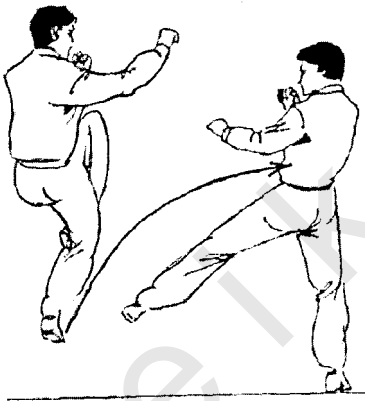
المهارة الحادية والعشرون: ركلة الزنبرك الجانبية القافزة: «تياو يوسى تان توي»

Skill No. «21»: Jumping Side Spring Kick «Tiao Yue Ce Tan Tui»

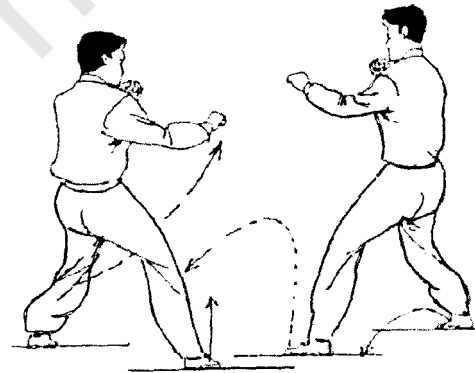
المثال الأول:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٤٣٦».

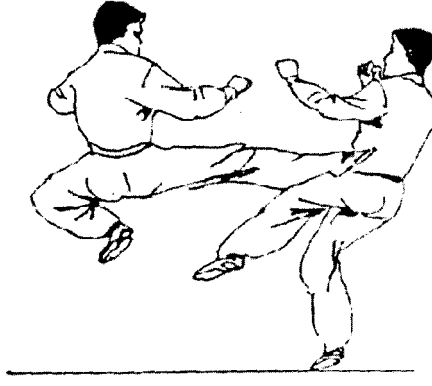
٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية منخفضة بباطن القدم اليسرى إلى منطقة قصبة الساق اليمنى. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، ثم تسديد ركلة زنبرك جانبية قافزة يمنى إلى منطقة الجانب الأيسر من الخصر. «الشكلين ٤٣٧ و٤٣٨».



شكل ٤٣٧



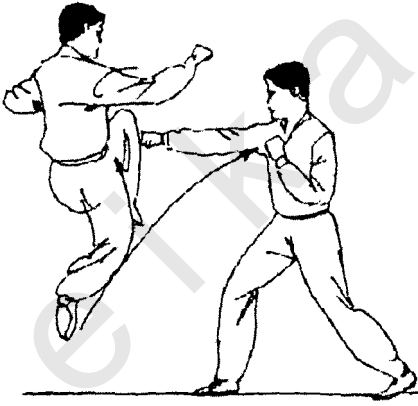
شكل ٤٣٦



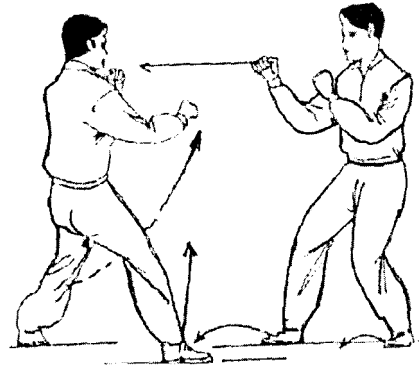
شكل ٤٣٨

المثال الثاني:

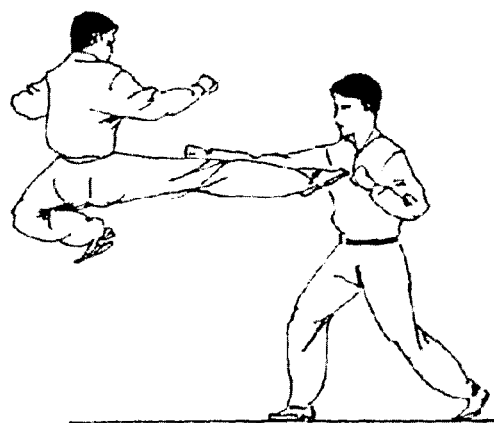
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٤٣٩».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، ثم تسديد ركلة زنبرك جانبية قافزة يمينى إلى منطقة الصدر. «الشكلين ٤٤٠ و ٤٤١».



شكل ٤٤٠



شكل ٤٣٩



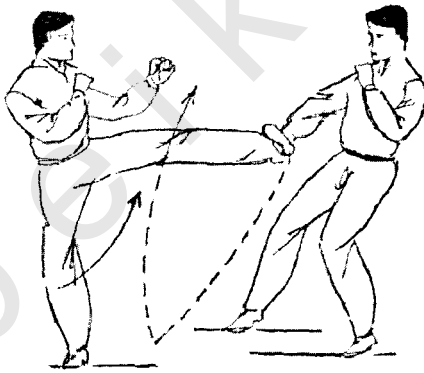
شکل ۴۴۱

المهارة الثانية والعشرون: ركلة عقب القدم الأمامية القافزة «تياو يوتشنج دنج توي»

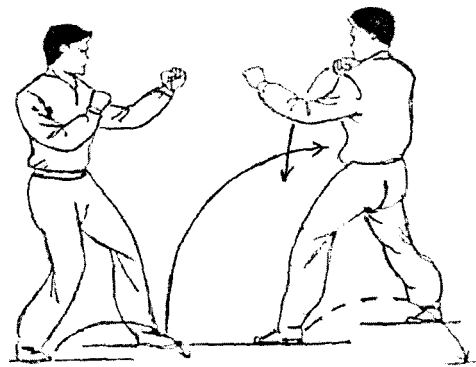
Skill No. «22»: Jumping Forward Heel Kick «Tiao Yue Zheng Deng Tui»

المثال الأول:

- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٤٤٢».
- ٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بالخطو إلى الأمام «لتقليل المسافة القتالية»، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة البطن. يدافع الخصم ضد الهجمة، بالخطو إلى الخلف بالقدم اليسرى، ثم الصد بالساعد الأيمن. «الشكل ٤٤٣».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، ثم تسديد ركلة أمامية قافزة بعقب القدم اليمنى إلى منطقة الصدر. «الشكلين ٤٤٤ و٤٤٥».



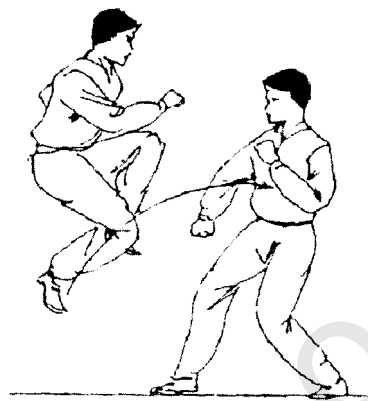
شكل ٤٤٣



شكل ٤٤٢



شکل ۴۴۵



شکل ۴۴۴

المهارة الثالثة والعشرون: ركلة عقب القدم الجانبية القافزة «تياو يوسي دنج توي»

Skill No. «23»: Jumping Side Heel Kick «Tiao Yue Ce Deng Tui»

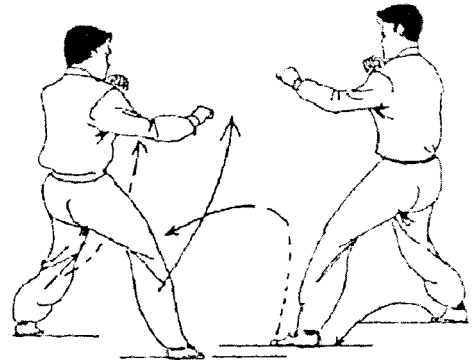
المثال الأول:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٤٤٦».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية منخفضة بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الركبة اليمنى. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، بالقفز إلى الأعلى بكلا الرجلين، ثم تسديد ركلة جانبية قافزة بعقب القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. «الشكلين ٤٤٧ و ٤٤٨».



شكل ٤٤٧



شكل ٤٤٦



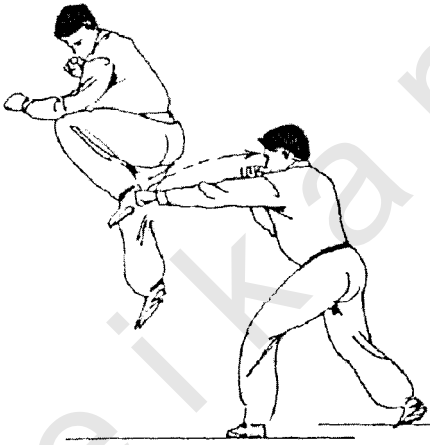
شکل ۴۴۸

المهارة الرابعة والعشرون: ركلة عقب القدم الخلفية الدورانية القافزة «تياويوتشيوان تي هودنج توي»

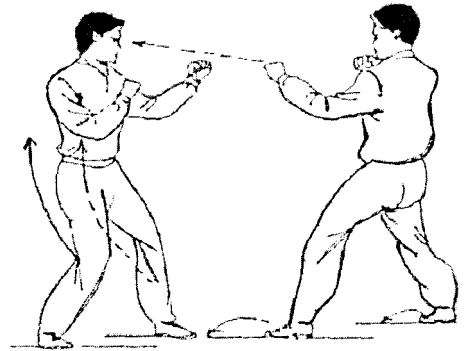
Skill No. «24»: Jumping – Turn The Body Back Heel Kick. «Tiao Yue Zhuan Ti Hou Deng Tui»

المثال الأول:

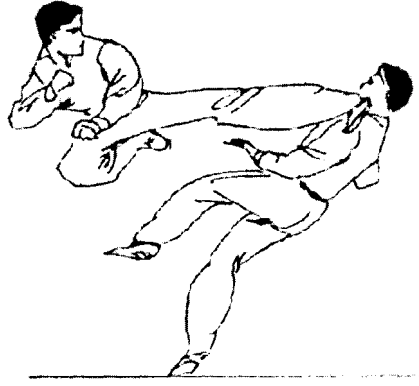
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٤٤٩».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم «وهاجمه في نفس الوقت»، بالقفز إلى الأعلى بكتلتا الرجلين، مع إدارة الجسم إلى الخلف، ثم تسديد ركلة خلفية دورانية قافزة بعقب القدم اليسرى إلى منطقة الوجه. «الشكلين ٤٥٠ و ٤٥١».



شكل ٤٥٠



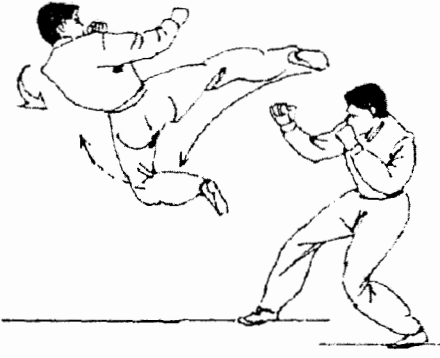
شكل ٤٤٩



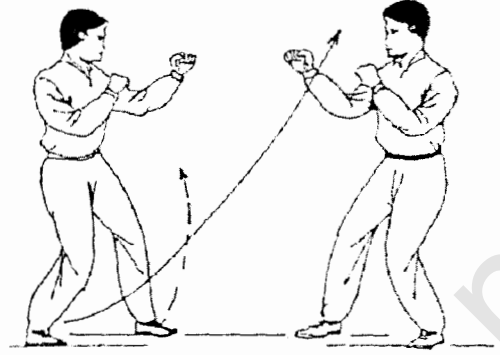
شكل ٤٥١

المثال الثاني:

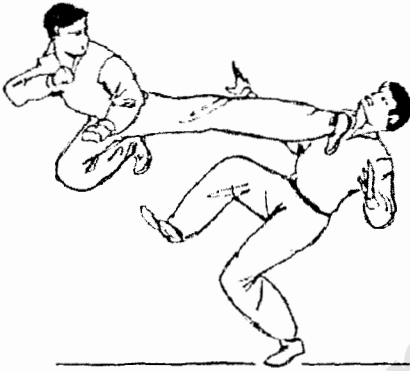
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٤٥٢».
- ٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، مع إدارة الجسم إلى اليسار، ثم تسديد ركلة التآرجح للداخل القافزة اليمنى إلى منطقة الوجه. يدافع الخصم ضد الهجمة بخفض الجسم إلى الأسفل. «الشكل ٤٥٣».
- ٣- فور ذلك «وأنت في الهواء»، فاجئ الخصم بهجمة غير متوقعة «هجمة حقيقية»، «بتحويل الهجوم من الأمام إلى الخلف»، بإدارة الجسم بزواوية مقدارها ١٨٠ درجة «في عكس اتجاه دوران عقارب الساعة»، ثم تسديد ركلة خلفية دورانية قافزة بعقب القدم اليسرى إلى منطقة الذقن أو الرقبة. «الشكلين ٤٥٤ و٤٥٥».



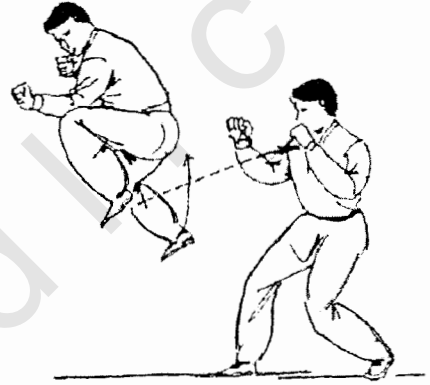
شكل ٤٥٣



شكل ٤٥٢



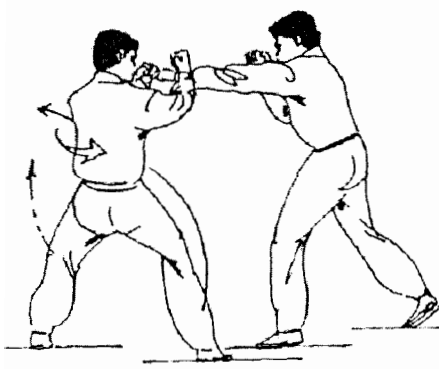
شكل ٤٥٥



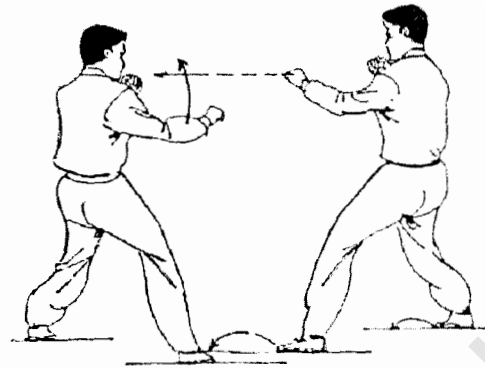
شكل ٤٥٤

المثال الثالث:

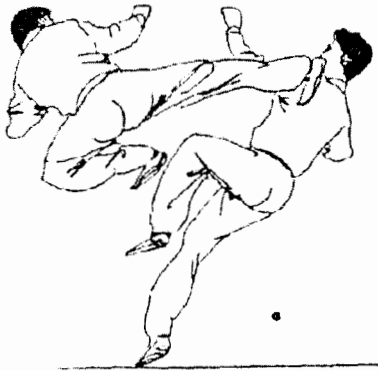
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع للقتال «أيسر». «الشكل ٤٥٦».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيمن. «الشكل ٤٥٧».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، مع إدارة الجسم إلى الخلف، ثم تسديد ركلة خلفية دورانية قافزة بعقب القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. «الشكلين ٤٥٨ و ٤٥٩».



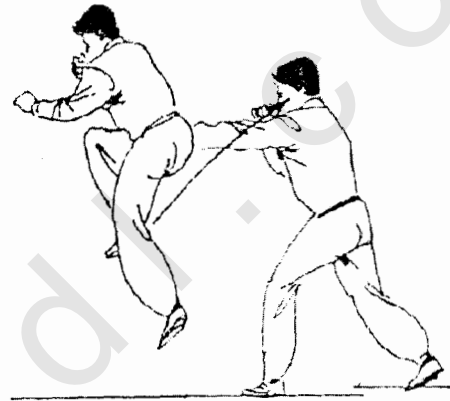
شكل ٤٥٧



شكل ٤٥٦



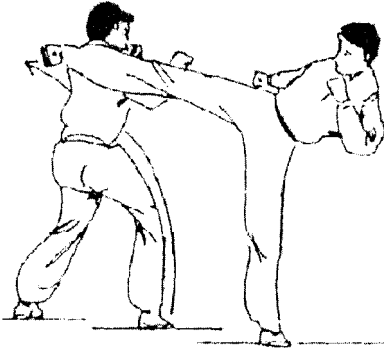
شكل ٤٥٩



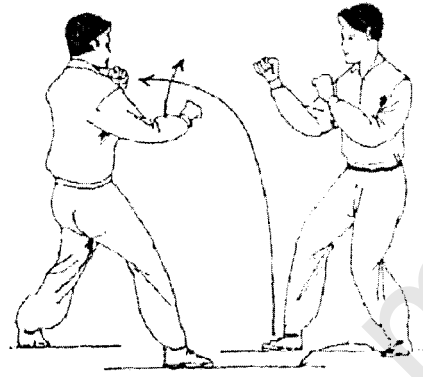
شكل ٤٥٨

المثال الرابع:

- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٤٦٠».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الصدر. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيمن. «الشكل ٤٦١».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، مع إدارة الجسم إلى الخلف، ثم تسديد ركلة خلفية دورانية قافزة بعقب القدم اليمنى إلى منطقة الذقن أو الرقبة. «الشكلين ٤٦٢ و ٤٦٣».



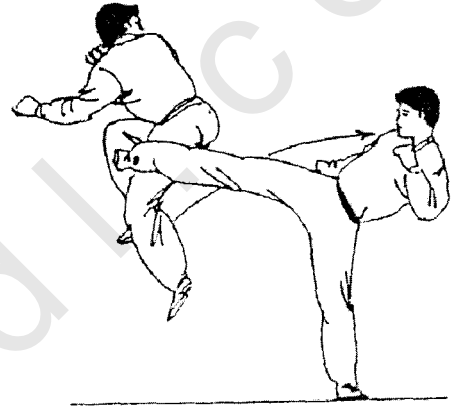
شكل ٤٦١



شكل ٤٦٠



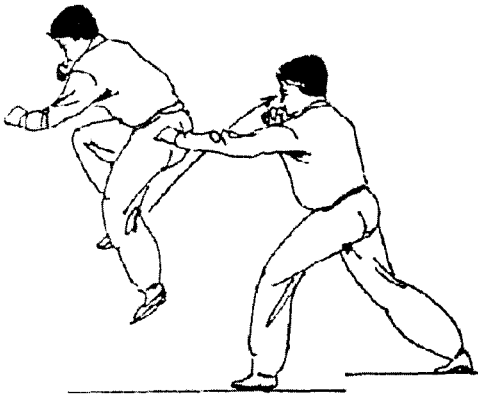
شكل ٤٦٣



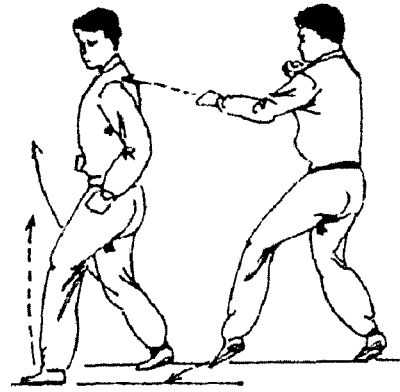
شكل ٤٦٢

المثال الخامس:

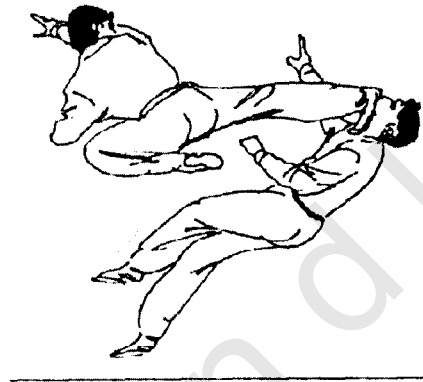
- ١- الخصم يقف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، ويستعد لمهاجمتك من الخلف. بينما تراقب تحركاته بحذر. «الشكل ٤٦٤».
- ٢- الخصم يهاجم، بتسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الظهر أو خلف الرأس. دافع ضد هجمة الخصم، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين. «الشكل ٤٦٥».
- ٣- فور ذلك، «وأنت في الهواء»، هاجم الخصم بتسديد ركلة خلفية دورانية قافزة بعقب القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. «الشكل ٤٦٦».



شکل ۴۶۵



شکل ۴۶۴



شکل ۴۶۶

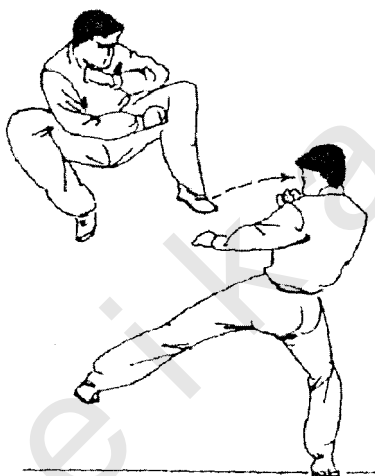
المهارة الخامسة والعشرون: ركلة باطن القدم الجانبية القافزة «تياويو سي تشيواي توي»

Skill No. «25»: Jumping Side Sole Kick «Tiao Yue Ce Chuai Tui».

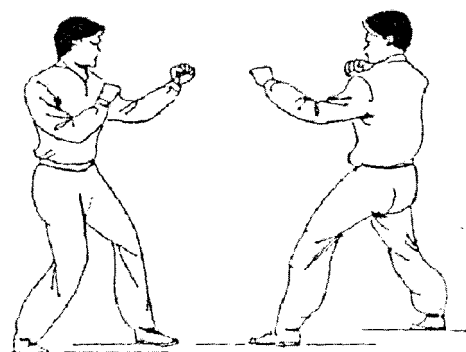
المثال الأول:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٤٦٧».

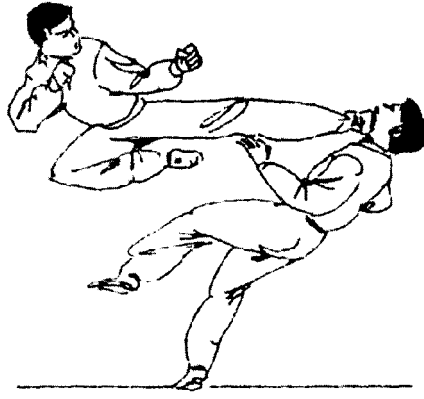
٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية منخفضة ببطن القدم اليسرى إلى منطقة قصبة الساق اليسرى. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، ثم تسديد ركلة جانبية قافزة ببطن القدم اليسرى إلى منطقة الذقن أو الرقبة. «الشكلين ٤٦٨ و٤٦٩».



شكل ٤٦٨



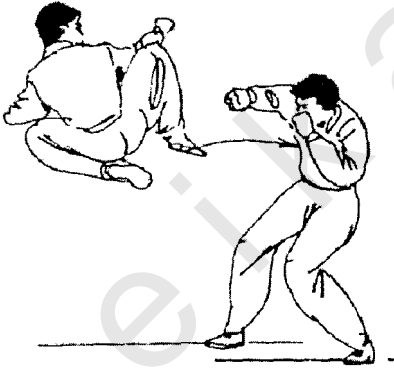
شكل ٤٦٧



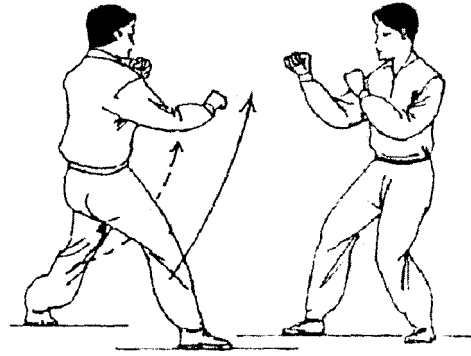
شكل ٤٦٩

المثال الثاني:

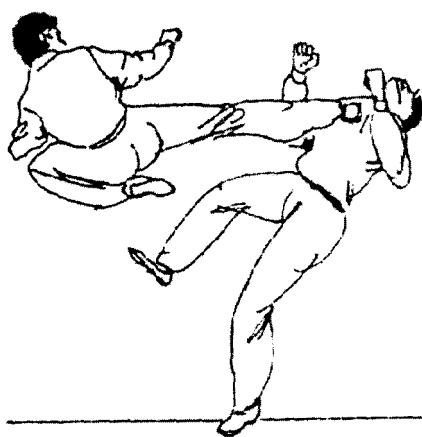
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٤٧٠».
- ٢- هاجم الخصم، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، ثم تسديد ركلة جانبية قافزة بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الصدر. «الشكلين ٤٧١ و٤٧٢».



شكل ٤٧١



شكل ٤٧٠



شکل ۴۷۲

**المهارة السادسة والعشرون: ركلات باطن القدم الجانبية:الثلاث
المتسلسلة المتعاقبة القافزة «تياويو ليان هوان سان سي تشيواي توي»**

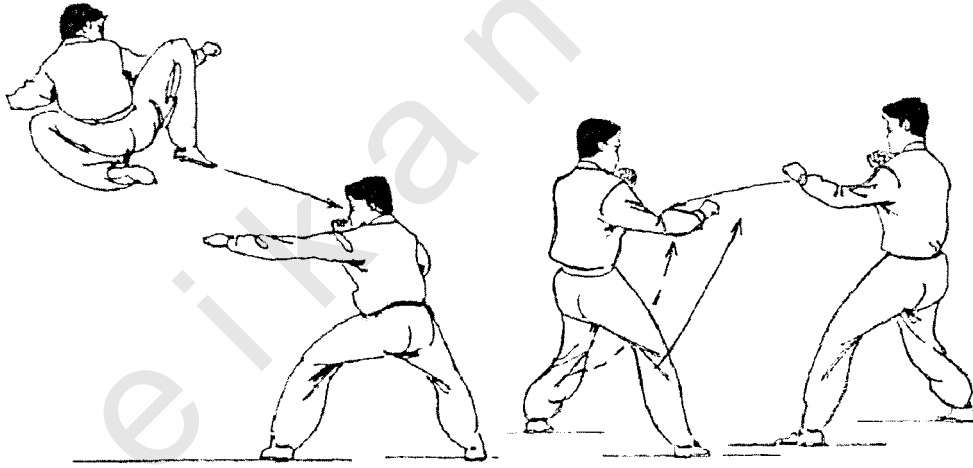
**Skill No. «26»:Jumping Successive Linked Three Side Sole Kicks
«Tiao Yue Lian Huan San Ce Chuai Tui»**

المثال الأول:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٤٧٣».

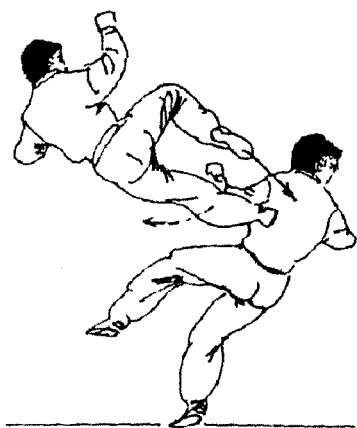
٢- الخصم يهاجم، بتسديد لكمة مستقيمة يسرى إلى منطقة الصدر. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، ثم تسديد ركلة جانبية قافزة بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الوجه. «الشكلين ٤٧٤ و٤٧٥».

استمر في مهاجمة الخصم «وأنت في الهواء»، بتسديد ركلة جانبية قافزة بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الأضلاع اليسرى. «الشكل ٤٧٦». ثم أعقبها بركلة جانبية قافزة بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الظهر. «الشكل ٤٧٧».

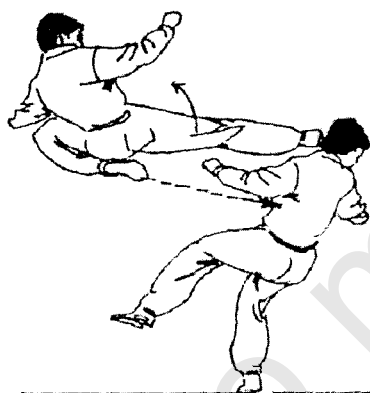


شكل ٤٧٤

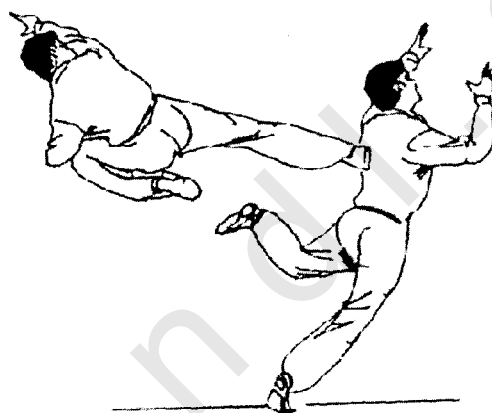
شكل ٤٧٣



شکل ۴۷۶



شکل ۴۷۵



شکل ۴۷۷

المهارة السابعة والعشرون: ركلة باطن القدم الجانبية الدورانية القافزة «تياو يو تشيوان تي سي تشيواي توي»

Skill No. «27»: Jumping ,Turn The Body Side Sole Kick «Tiao Yue Zhuan Ti Ce Chuai Tui»

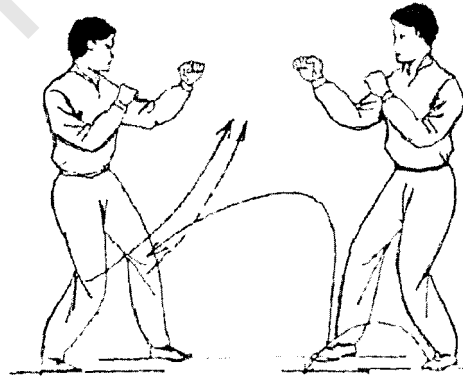
المثال الأول:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٤٧٨».

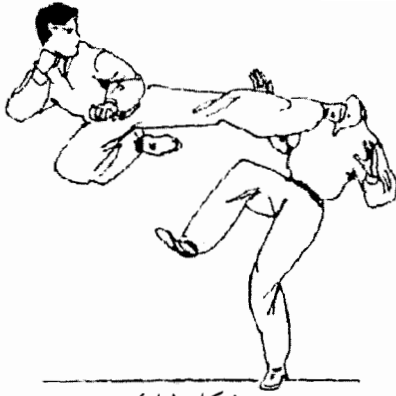
٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية منخفضة بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الركبة اليسرى. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين. مع إدارة الجسم بزاوية مقدارها ٣٦٠ درجة «في عكس اتجاه دوران عقارب الساعة»، ثم تسديد ركلة جانبية دورانية قافزة بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الوجه. «الأشكال ٤٧٩ و ٤٨٠ و ٤٨١».



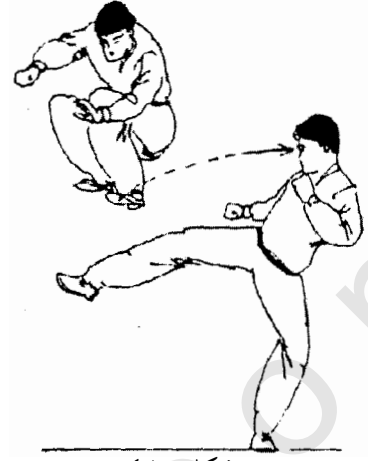
شكل ٤٧٩



شكل ٤٧٨



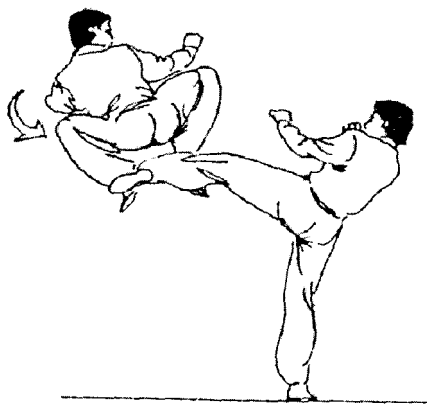
شكل ٤٨١



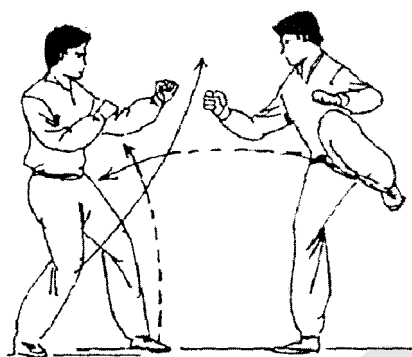
شكل ٤٨٠

المثال الثاني:

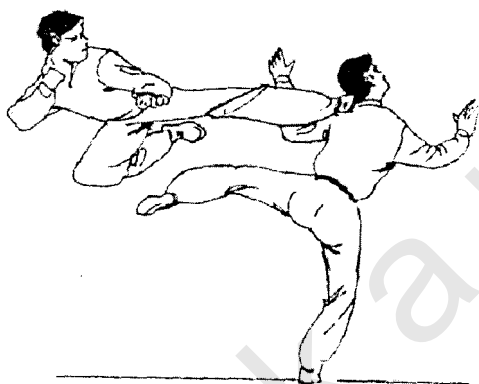
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يهاجم الخصم، برفع رجله اليسرى إلى الأعلى استعداداً للركل. «الشكل ٤٨٢».
- ٢- الخصم يهاجم، بتسديد ركلة الزنبرك الجانبية اليسرى إلى منطقة البطن. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، مع إدارة الجسم بزاوية مقدارها ٣٦٠ درجة «في عكس اتجاه دوران عقارب الساعة»، ثم تسديد ركلة جانبية دورانية قافزة بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الجانب الأيسر من الوجه أو خلف الرأس. «الأشكال ٤٨٣ و ٤٨٤ و ٤٨٥».



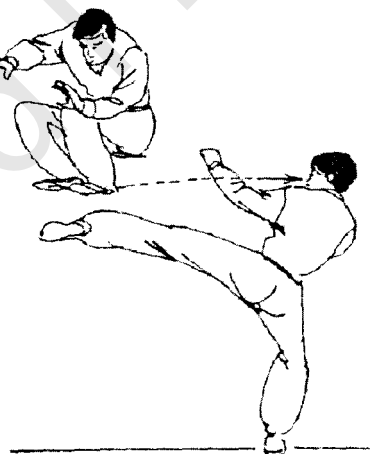
شکل ۴۸۳



شکل ۴۸۲



شکل ۴۸۵



شکل ۴۸۴

المهارة الثامنة والعشرون: ركلة عقب القدم المزدوجة القافزة

«تياو يو شيوانج دنج توي»

Skill No. «28»: Jumping Double Heel Kick «Tiao Yue Shuang Deng Tui».

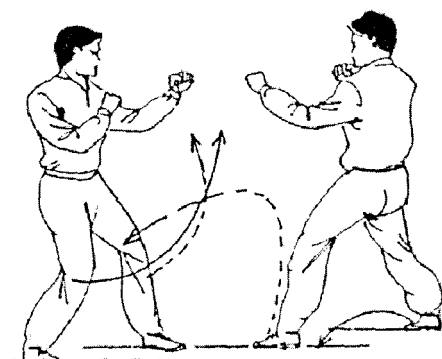
المثال الأول:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». (الشكل ٤٨٦).

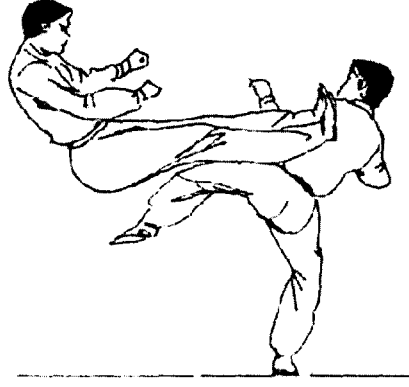
٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية منخفضة بباطن القدم اليسرى إلى منطقة الركبة اليسرى. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، ثم تسديد ركلة مزدوجة قافزة بعقب القدم إلى منطقة الأضلاع اليسرى أو الظهر. (الشكلين ٤٨٧ و٤٨٨).



شكل ٤٨٧



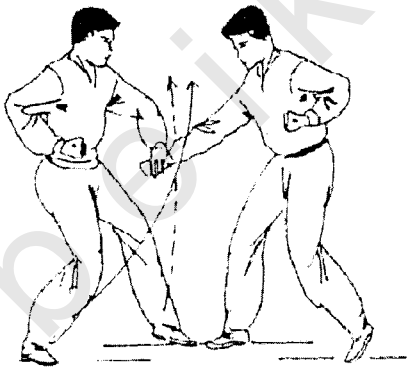
شكل ٤٨٦



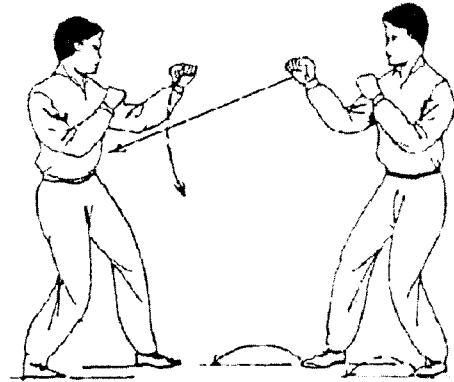
شكل ٤٨٨

المثال الثاني:

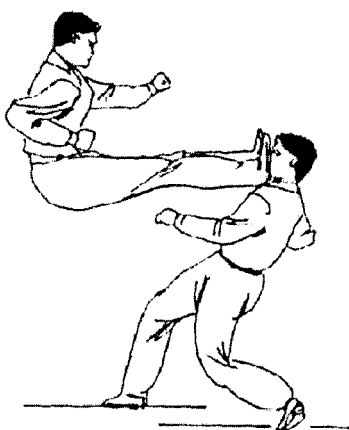
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٤٨٩».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى منطقة البطن. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد براحة اليد اليسرى. «الشكل ٤٩٠».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، ثم تسديد ركلة مزدوجة قافزة بعقبى القدمين إلى منطقة الوجه. «الشكلين ٤٩١ و٤٩٢».



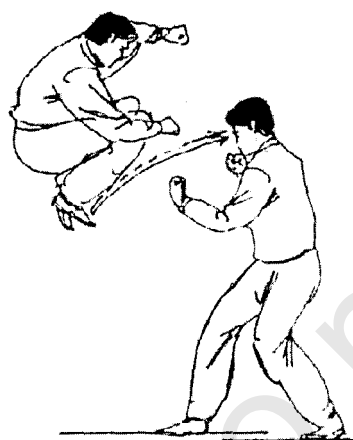
شكل ٤٩٠



شكل ٤٨٩



شکل ۴۹۲



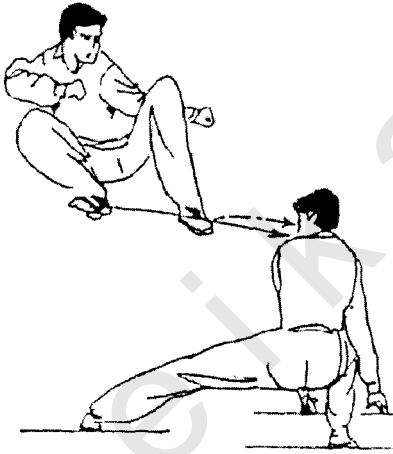
شکل ۴۹۱

المهارة التاسعة والعشرون: ركلة باطن القدم الجانبية المزدوجة القافزة «تياويو شيوانج سي تشيواي توي»

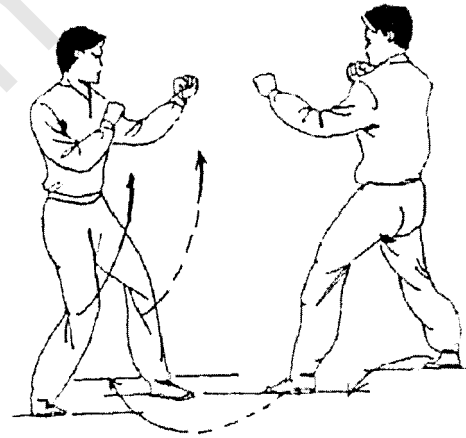
Skill No. «29»: Jumping Double Side Sole Kick «Tiao Yue Shuang Ce Chuai Tui».

المثال الأول:

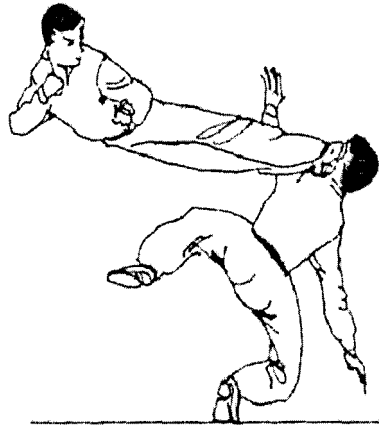
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٤٩٣».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة اكتساح أمامي يسرى إلى منطقة عقب القدم اليسرى. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، ثم تسديد ركلة جانبية مزدوجة قافزة ببطن القدم إلى منطقة الوجه. «الشكلين ٤٩٤ و٤٩٥».



شكل ٤٩٤



شكل ٤٩٣

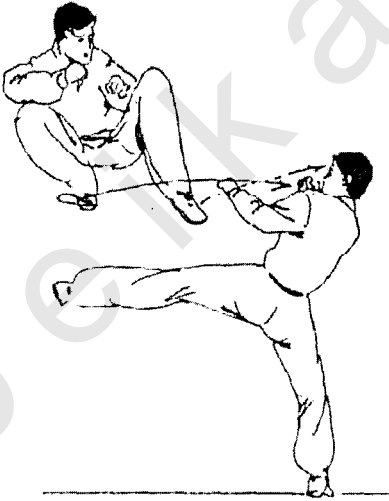


شكل ٤٩٥

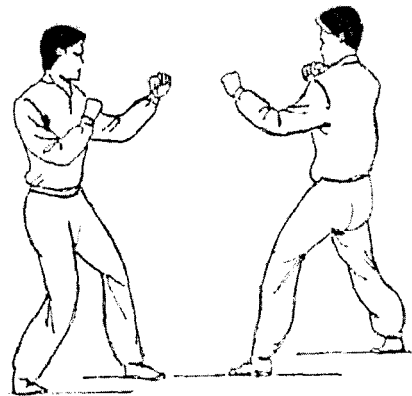
المثال الثاني:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٤٩٦».

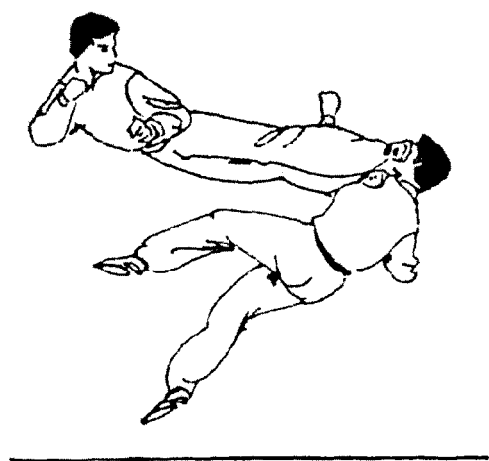
٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليسرى إلى منطقة البطن. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، ثم تسديد ركلة جانبية مزدوجة قافزة بباطن القدم إلى منطقتي الوجه والكتف الأيسر. «الشكلين ٤٩٧ و ٤٩٨».



شكل ٤٩٧



شكل ٤٩٦



شکل ۴۹۸

المهارة الثلاثون: ركلة الكماشة المزدوجة القافزة «تياويو شيوانج جيا توي»

Skill No. «30»: Jumping Double Pincer Kick «Tiao Yue Shuang Jia Tui»

المثال الأول:

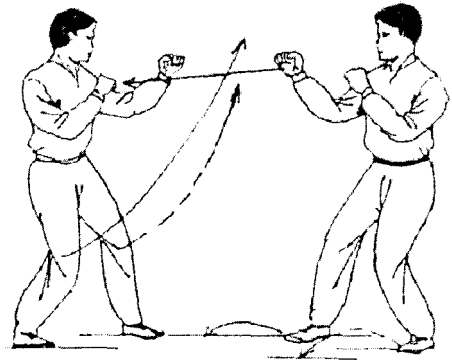
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٤٩٩».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يميني إلى منطقة الصدر. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، ثم تسديد ركلة الكماشة المزدوجة القافزة إلى منطقة جانبي الوجه «الأذنين». «الشكلين ٥٠٠ و ٥٠١».

٣- يصاب الخصم. «الشكل ٥٠٢».



شكل ٥٠٠



شكل ٤٩٩



شکل ۵۰۲



شکل ۵۰۱

المهارة الحادية والثلاثون: ركلة التأرجح للخارج الدورانية القافزة «تياو يو تشيوان تي واي باي توي»

Skill No. «31»: Jumping, Turn The Body Outside Sway Kick «Tiao Yue Zhuan Ti Wai Bai Tui»

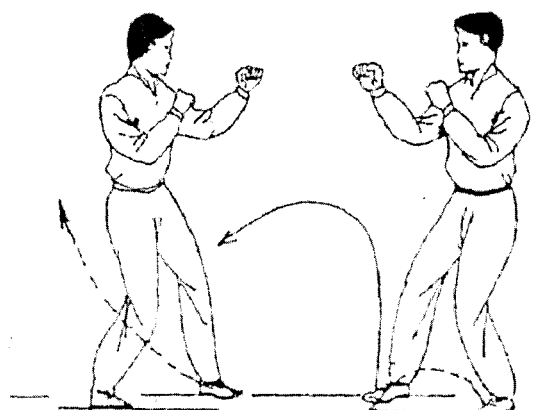
المثال الأول:

١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٥٠٣».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد ركلة بعقب القدم اليمنى. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين. ثم إدارة الجسم بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في نفس اتجاه دوران عقارب الساعة»، ثم تسديد ركلة التأرجح للخارج الدورانية القافزة اليمنى إلى منطقة الجانب الأيمن من الوجه أو خلف الرأس. «الأشكال ٥٠٤ و ٥٠٥ و ٥٠٦ و ٥٠٧».



شكل ٥٠٤



شكل ٥٠٣



شكل ٥٠٦



شكل ٥٠٥



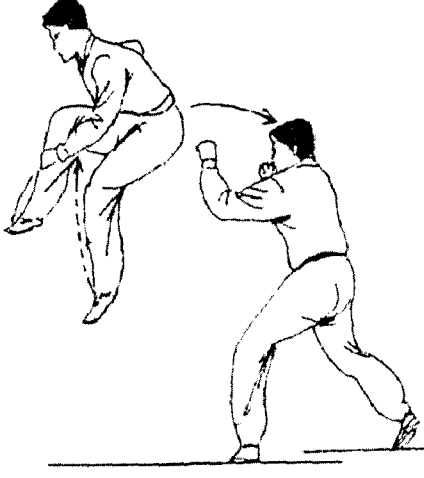
شكل ٥٠٧

المثال الثاني:

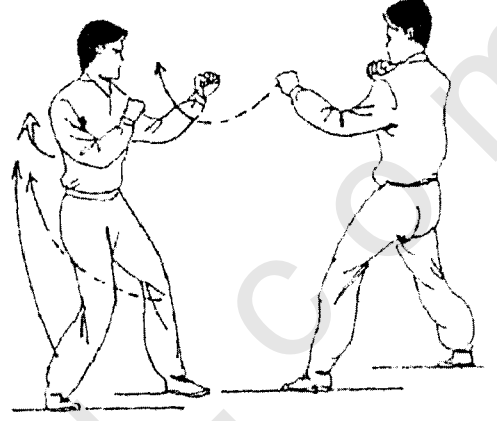
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». (الشكل ٥٠٨).

٢- الخصم يهاجم، بتسديد لكمة متأرجحة يسرى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، مع إدارة

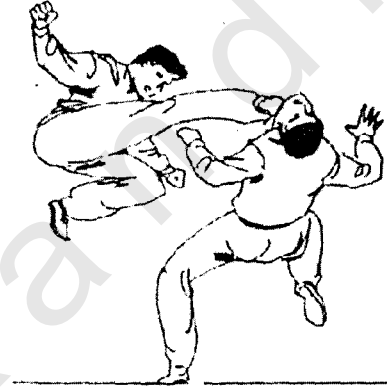
الجسم بزاوية مقدارها ١٨٠، «في نفس اتجاه دوران عقارب الساعة»، ثم تسديد ركلة التآرجح للخارج الدورانية القافزة اليمنى إلى منطقة الوجه. «الشكلين ٥٠٩ و ٥١٠».



شكل ٥٠٩



شكل ٥٠٨



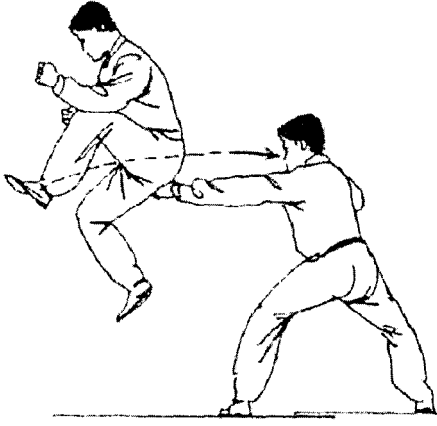
شكل ٥١٠

المثال الثالث:

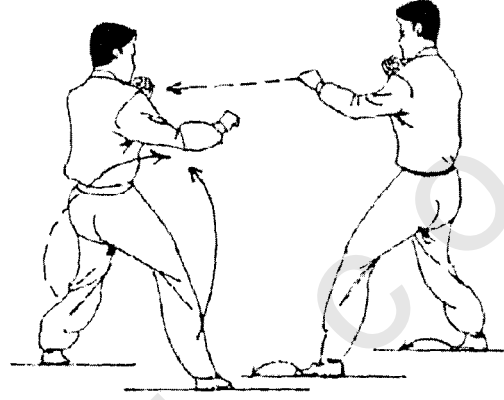
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٥١١».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمنى إلى منطقة الصدر. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا

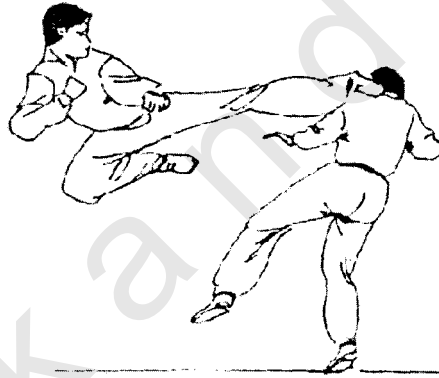
الرجلين، مع إدارة الجسم بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في عكس اتجاه دوران عقارب الساعة»، ثم تسديد ركلة التآرجح للخارج للدورانية القافزة اليسرى إلى منطقة الجانب الأيسر من الوجه. «الشكلين ٥١٢ و ٥١٣».



شكل ٥١٢



شكل ٥١١



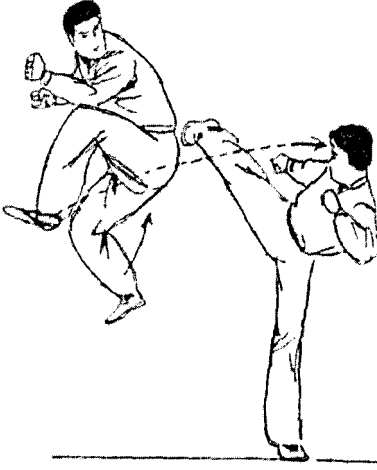
شكل ٥١٣

المثال الرابع:

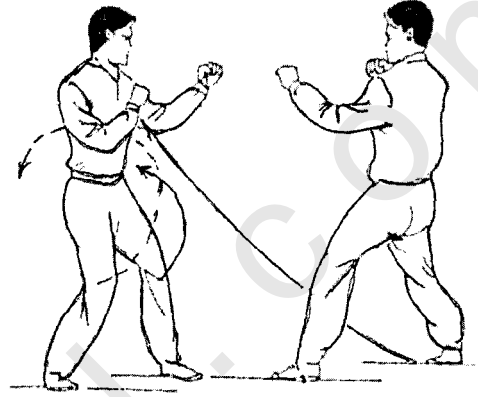
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر». «الشكل ٥١٤».

٢- الخصم يهاجم، بتسديد ركلة جانبية بباطن القدم اليمنى إلى منطقة الصدر. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا

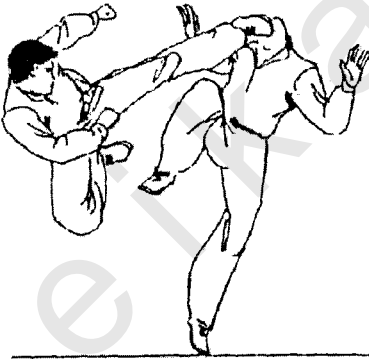
الرجلين، مع إدارة الجسم بزاوية مقدارها ٣٦٠ درجة «في عكس اتجاه دوران عقارب الساعة»، ثم تسديد ركلة التآرجح للخارج الدورانية القافزة اليسرى إلى منطقة الجانب الأيسر من الوجه. «الأشكال ٥١٥ و ٥١٦ و ٥١٧».



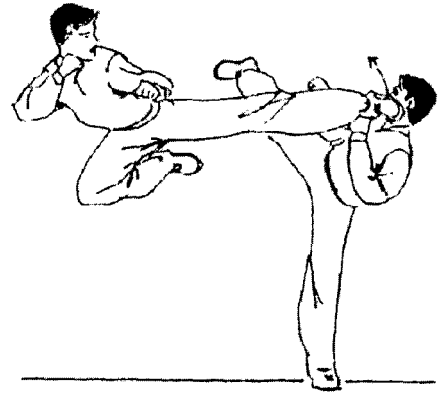
شكل ٥١٥



شكل ٥١٤



شكل ٥١٧



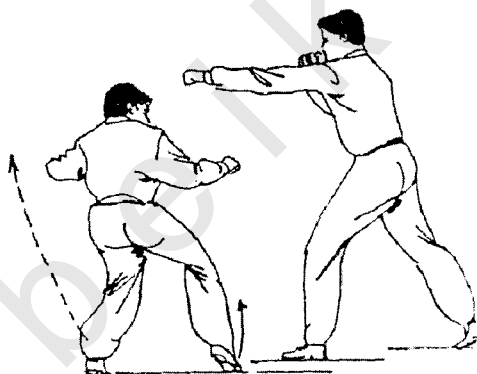
شكل ٥١٦

المهارة الثانية والثلاثون: ركلة التارج للخرج الدورانية القافزة «تياويو فان شن واي باي توي»

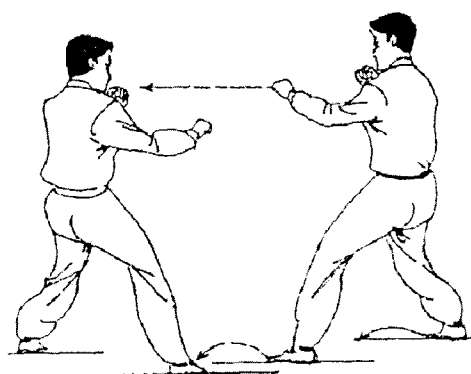
Skill No. «32»: Jumping ,Turn The Body Outside Sway Kick «Tiao Yue Fan Shen Wai Bai Tui»

المثال الأول:

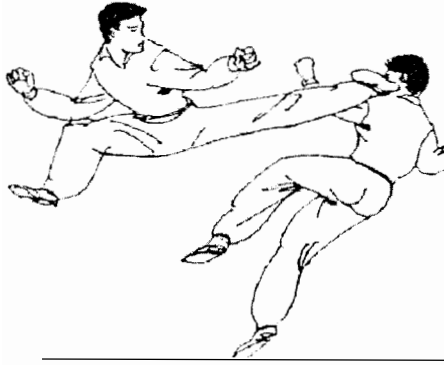
- ١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر»، «الشكل ٥١٨».
- ٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بخفض الجسم إلى الأسفل. «الشكل ٥١٩».
- ٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، مع إدارة الجسم بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في عكس اتجاه دوران عقارب الساعة»، ثم تسديد ركلة التارج للخرج الدورانية القافزة اليسرى إلى منطقة الجانب الأيسر من الوجه. «الشكلين ٥٢٠ و ٥٢١».



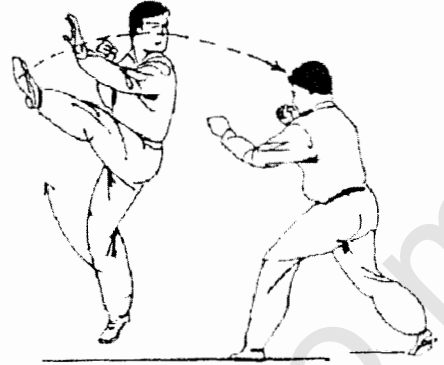
شكل ٥١٩



شكل ٥١٨



شكل ٥٢١



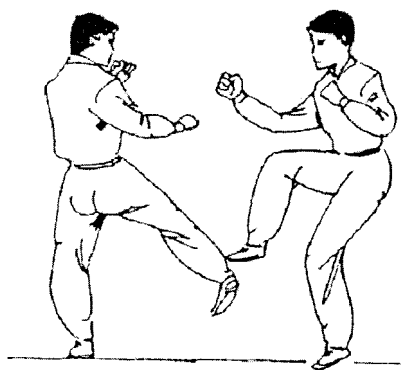
شكل ٥٢٠

المثال الثاني:

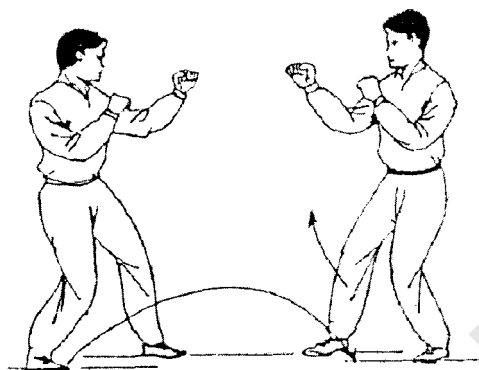
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٥٢٢».

٢- هاجم الخصم، «هجمة زائفة»، بتسديد ركلة خطافية يمنى إلى منطقة عقب القدم اليمنى. يدافع الخصم ضد الهجمة، برفع الركبة اليمنى إلى الأعلى. «الشكل ٥٢٣».

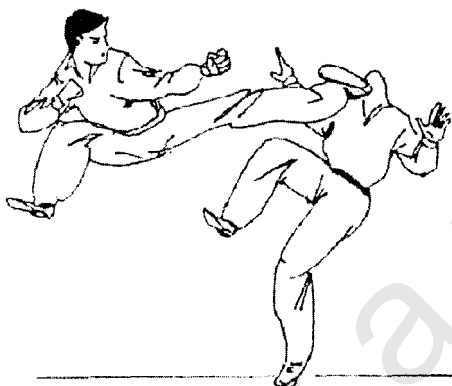
٣- الخصم يهاجم، بتسديد لكمة مستقيمة يمنى إلى منطقة البطن. دافع ضد هجمة الخصم، «وهاجمه في نفس الوقت»، «هجمة حقيقية»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، مع إدارة الجسم بزاوية مقدارها ١٨٠ درجة «في عكس اتجاه دوران عقارب الساعة»، ثم تسديد ركلة التأرجح للخارج الدورانية القافزة اليسرى إلى منطقة الوجه. «الشكلين ٥٢٤ و٥٢٥».



شکل ۵۲۳



شکل ۵۲۲



شکل ۵۲۵



شکل ۵۲۴

المهارة الثالثة والثلاثون: ركلة التاريج للداخل القافزة «تياويو لي هي توي»

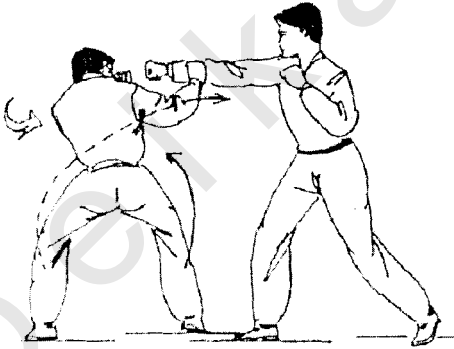
Skill No. «33»: Jumping Inside Close kick «Tiao Yue Li He Tui»

المثال الأول:

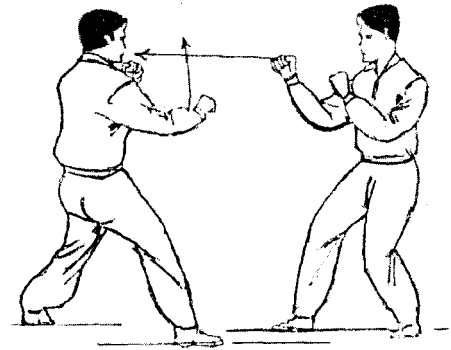
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيمن»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيمن». «الشكل ٥٢٦».

٢- الخصم يهاجم، بالخطو إلى الأمام، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى منطقة الوجه. دافع ضد هجمة الخصم، بالصد بالساعد الأيمن. «الشكل ٥٢٧».

٣- فور ذلك، هاجم الخصم، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، مع إدارة الجسم بزاوية مقدارها ٣٦٠ درجة «في عكس اتجاه دوران عقارب الساعة»، ثم تسديد ركلة التاريج للداخل القافزة اليمنى إلى منطقة الوجه. «الشكلين ٥٢٨ و ٥٢٩».



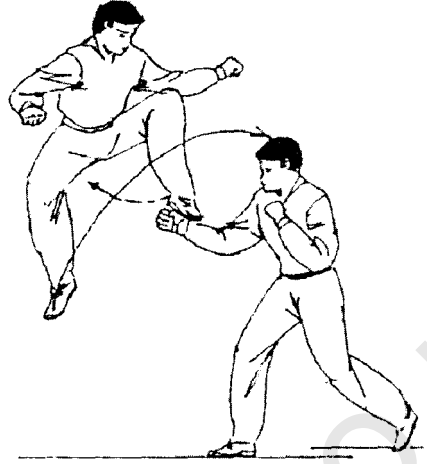
شكل ٥٢٧



شكل ٥٢٦



شكل ٥٢٩



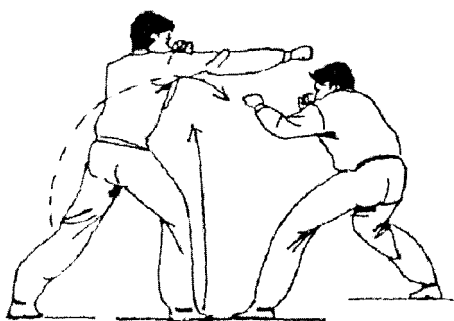
شكل ٥٢٨

المثال الثاني:

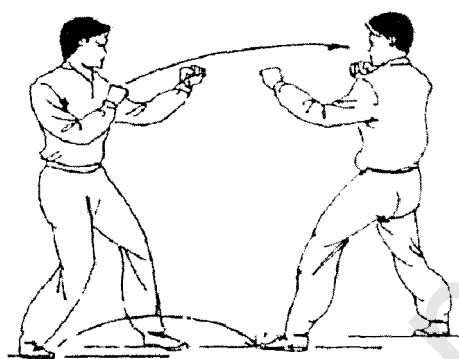
١- قف في وضع استعداد للقتال «أيسر»، بينما يقف الخصم في وضع استعداد للقتال «أيسر»، «الشكل ٥٣٠».

٢- هاجم الخصم «هجمة زائفة»، بالخطو إلى الأمام «لتقليل المسافة القتالية»، ثم تسديد لكمة مستقيمة يمينى إلى منطقة الوجه. يدافع الخصم ضد الهجمة، بخفض الجسم إلى الأسفل. «الشكل ٥٣١».

٣- فور ذلك، هاجم الخصم «هجمة حقيقية»، بالقفز إلى الأعلى بكلتا الرجلين، مع إدارة الجسم بزواوية مقدارها ٣٦٠ درجة «في عكس اتجاه دوران عقارب الساعة»، ثم تسديد ركلة التراجع للداخل القافزة اليمينى إلى منطقة الوجه. «الشكلين ٥٣٢ و ٥٣٣».



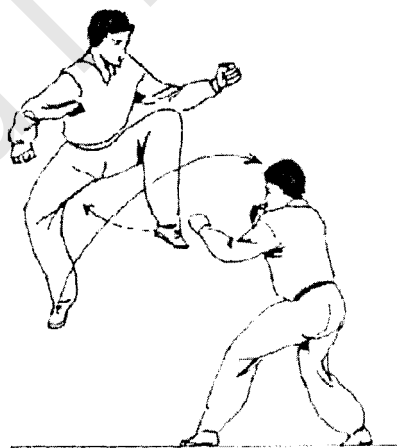
شکل ۵۳۱



شکل ۵۳۰



شکل ۵۳۳



شکل ۵۳۲