

TSG KICKBOXING

КОМБИНАЦИИ НА КРАСНЫЙ ПОЯС

1. *Left Jodan Oi Tsuki - Right Jodan Gyaku Tsuki:*

- П Шотэй Укэ
- Л Шотэй Укэ
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Керикоми Учи Момо Гери
- Neck Clinch
- П Мае Хиза Гери

2. *Right Gedan Mawashi Geri:*

- Л Сунэ Укэ
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Дзедан Маваси Учи
- П Гедан Маваси Гери
- Л Ои Цуки на выходе из атаки

3. *Right Gedan Mawashi Geri:*

- Л Сунэ Укэ
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Дзедан Ои Цуки
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Чудан Маваси Гери
- Л Ои Цуки на выходе из атаки

4. *Left Jodan Oi Tsuki - Right Jodan Mawashi Uchi*

- П Шотэй Укэ
- Л Котэ Укэ
- П Дзедан Гяку Цуки
- Neck Clinch
- Л Хиза Гери с разножки

5. *Right Mae Geri (placing foot down behind)*

- Л Гедан Барай
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Дзедан Ои Цуки
- П Дзедан Маваси Учи
- Л Гедан Маваси Гери
- Л Ои Цуки на выходе из атаки

TSG KICKBOXING

КОМБИНАЦИИ НА СИНИЙ ПОЯС

1. *Right Jodan Mawashi Geri*

- Л/П Дзедан Джуджи Укэ (убрать Л ногу назад)
- Л Гедан Маваси Гери
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Дзедан Ои Цуки
- П Дзедан Маваси Гери
- Л Ои Цуки на выходе из атаки

2. *Skip left Mae Geri*

- П Гяку Гедан Барай
- Л Дзедан Ои Цуки
- П Дзедан Агэ Учи (апперкот)
- Л Гедан Маваси Гери
- Л Ои Цуки на выходе из атаки

3. *Right Jodan Mawashi Uchi*

- Л Агэ Хиджи Укэ
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Учи Момо Гери
- П Уширо Гери
- Л Ои Цуки на выходе из атаки

4. *Skip left Jodan Mawashi Geri*

- Щотэй/Котэ Укэ
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Агэ Учи (апперкот)
- П Маваси Гери

5. *Right Gedan Mawashi Geri:*

- Л Сунэ Укэ
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Дзедан Маваси Учи
- П Гедан Маваси Гери
- Л Дзедан Маваси Учи
- П Чудан Маваси Гери
- Л Ои Цуки на выходе из атаки

TSG KICKBOXING

КОМБИНАЦИИ НА ЖЕЛТЫЙ ПОЯС

1. *Right Gedan Mawashi Geri (placing the foot down behind)*

- Л Чудан Какато Гери
- Л Дзедан Ои Цуки
- П Дзедан Агэ Учи (апперкот)
- Л Дзедан Маваси Учи
- П Гедан Маваси Гери

2. *Kerikomi left Gedan Mawashi Geri against your right leg*

- Right Sune Uke
- Л Дзедан Ои Цуки
- П Дзедан Маваси Учи
- Л Гедан Маваси Гери
- Л Дзедан Ои Цуки на выходе из атаки

3. *Neck Clinch - Right Hiza Geri*

- П Гяку Хиджи Укэ
- Л Чудан Маваси Учи
- П Дзедан Маваси Учи
- Л Дзедан Агэ Учи
- П Маваси Гери
- Л Дзедан Ои Цуки на выходе из атаки

4. *Skip left Uchi Momo Geri*

- Л Гедан Какато Гери (стопинг)
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Дзедан Ои Цуки
- П Гедан Маваси Гери
- Л Дзедан Маваси Учи
- П Уширо Маваси Гери

5. - Л Дзедан Ои Цуки
- П Дзедан Гяку Цуки
 - Л Дзедан Маваси Учи
 - П Хиза Гери (вернуть ногу назад)
 - П Дзедан Гяку Цуки
 - Л Керикоми Маваси Гери

TSG KICKBOXING

КОМБИНАЦИИ НА ЗЕЛЕНЬИЙ ПОЯС

1. *Left Jodan Oi Tsuki - Right Jodan Mawashi Uchi*

- П Шотэй Укэ
- Нырок под П Маваси Учи
- Л Дзедан Маваси Учи
- П Дзедан Агэ Учи
- Л Дзедан Маваси Учи
- П Хиза Гери + Л Хиза Гери (с захватом)

2. *Right Jodan GyakuTsuki - Left Uchi Momo Geri*

- Л Шотэй Укэ
- Поднять Л ногу
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Учи Момо Гери
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Дзедан Маваси Учи
- Л Керикоми Чудан Маваси Гери

3. *Skip left Mae Geri*

- П Гяку Гедан Барай
- П Учи Момо Гери (с движением влево)
- Л Дзедан Маваси Учи
- П Маваси Гери
- Л Дзедан Ои Цуки на выходе из атаки

4. *Double Osae -Neck Clinch - Right Hiza Geri*

- П Гедан Хиджи Укэ
- Л Шита Цуки
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Маваси Гери
- Л Дзедан Ои Цуки на выходе из атаки

5. *Right Gedan Mawasi Geri*

- Л Сунэ Укэ
- Л Чудан Мае Гери
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Дзедан Маваси Учи
- П Гедан Маваси Гери (вернуть ногу назад)
- Л Дзедан Маваси Учи
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Дзедан Маваси Гери
- Л Дзедан Ои Цуки на выходе из атаки

6. *Left Jodan Oi Tsuki - Right Jodan Mawashi Geri*

- П Шотэй Укэ
- Шотэй/Котэ Укэ (оттолкнув П ногу соперника)
- Л Керикоми Учи Момо Гери
- П Дзедан Агэ Учи
- Л Дзедан Маваси Учи
- П Дзедан Агэ Учи
- Л Хиза Гери (с разножки)

7.

- Л Ои Цуки Дзедан
- П Дзедан Гяку Цуки

Л Дзедан Маваси Учи (контратака)

- Нырок вправо
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Дзедан Маваси Учи

П Дзедан Маваси Учи (контратака)

- Нырок влево
- Л Дзедан Маваси Учи
- П Дзедан Агэ Учи
- Л Дзедан Маваси Учи
- П Хиза Гери (вернуть ногу назад)
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Керикоми Дзедан Маваси Гери

TSG KICKBOXING

КОМБИНАЦИИ НА КОРИЧНЕВЫЙ ПОЯС

1. *Right Jodan Gyaku Tsuki - Left Chudan Mawashi Uchi*

- Л Шотэй Укэ
- Блок подставка П локтем
- Л Шита Цуки
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Дзедан Агэ Учи
- П Уширо Гери или Уширо Маваси Гери
- Л Ои Цуки на выходе из атаки

2. *Right Gedan Mawashi Geri*

- П Дзедан Гяку Цуки (сократив дистанцию шагом вперед)
- Л Керикоми Учи Момо Гери
- Neck Clinch
- П Хиза Гери

3. *Skip left Gedan Mawashi Geri*

- Л Чудан Какато Гери (стоппинг)
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Дзедан Маваси Учи
- П Ура Уракен Уширо Маваси Учи (бэкфист)
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Чудан Маваси Гери
- Л Ои Цуки на выходе из атаки

4. *Right Jodan Gyaku Tsuki*

- Л Шотэй Укэ
- П Учи Момо Гери (в П ногу соперника)
- Neck Clinch
- П Чудан Мае Хиза Гери
- П Дзедан Маваси Хиза Гери

5. *Right Jodan Gyaku Tsuki - Left Jodan Oi Tsuki - Right Chudan Mawashi Geri*

- Л Шотэй Укэ
- П Шотэй Укэ
- П Шотэй Укэ + захват Л рукой сверху П ноги соперника
- П Дзедан Гяку Цуки
- В захвате толкнуть соперника Л рукой
- П Маваси Гери
- Л Ои Цуки на выходе из атаки

6. *Right Jodan Gyaku Tsuki*

- Уклон влево
- Л Дзедан Маваси Учи
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Дзедан Маваси Учи
- Neck Clinch
- П Хиза Гери
- П Дзедан Маваси Хиза Гери

7. *Right Gedan Mawashi Geri (placing the foot down behind)*

- ***Left Jodan Oi Tsuki***
- Л Сунэ Укэ
- Уклон вправо
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Шита Цуки
- П Дзедан Маваси Учи
- Neck Clinch
- Л Мае Хиза Гери (с разножки)
- Л Дзедан Маваси Хиза Гери

8. *Right Mae Geri (placing the foot down behind)*

- Л Гедан Укэ
- П Дзедан Гяку Цуки
- Л Дзедан Маваси Учи
- П Гедан Маваси Гери (вернуть ногу назад)
- Л Дзедан Маваси Учи
- П Учи Момо Гери
- Neck Clinch
- Л Хиза Гери