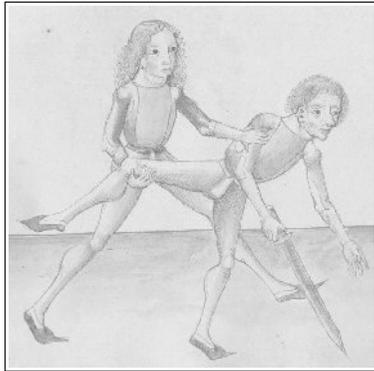


Durchlaufen im Langen Messer

v1.0-07052010-CL

**Ob er starck ist
Durchlauff zu aller frist
Der handt vnd arme soltu nahen
vnd weyslich wartt des vahn
Der glider soltu war nemen
Der knypug soltu dich remen**

73 r (Oberhau -> Entrüßthau)



- Wenn der Gegner mit einem Oberhau angreift.
- Verteidige mit einem Entrüßthau, so dass die Hände nahe zusammen kommen. [Druck geht auf deine rechte Seite]
- Greif mit der linken Hand an seinen rechten Ellbogen [oberhalb des Ellbogens] und schieb ihn von dir.
- Lass dein Messer fallen, greif ihm von aussen in die rechte Kniebeuge und wirf ihn vor dich.

74 r (Armbruch, Schulter links aus einer hohen Bindung)



- Habt ihr hoch angebunden [Druck nach rechts]
- Mit deiner rechten Hand greif das rechte Handgelenk des Gegners.
- Heb seinen Arm auf und greif auch mit der linken in sein Handgelenk.
- Dreh ihm deinen Rücken zu und bring dabei seinen Ellbogen auf deine linke Schulter.
- Brich ihm den Arm.

73 v (Armbruch, Schulter rechts aus einer hohen Bindung)



- Habt ihr hoch angebunden [Druck nach links]
- Mit deiner linken Hand greif das rechte Handgelenk des Gegners.
- Heb seinen Arm auf und greif auch mit der rechten in sein Handgelenk.
- Dreh ihm deinen Rücken zu und bring dabei seinen Ellbogen auf deine rechte Schulter.
- Brich ihm den Arm.

74 v (Armbruch, Nacken und Schulter links aus einer hohen Bindung)



- Seit ihr beide eingelaufen
- Greif mit deiner linken Hand sein rechtes Handgelenk und dreh es nach aussen [Der Ort geht somit nach aussen].
- Heb den Arm auf und geh mit deinem Kopf unter diesen durch auf seine rechte Seite.
- Streck seinen rechten Arm und bring ihn gleichzeitig in deinen Nacken und deine linke Schulter
- Geh mit dem Körper nach oben und brich ihm den Arm.

75 r (Wurf aus einer hohen Bindung)



- Seit ihr beide eingelaufen
- Greif mit deiner linken Hand sein rechtes Handgelenk und heb den Arm auf.
- Geh mit deinem Kopf unter seinem Arm durch.
- Greif mit deiner rechten Hand seine rechte Kniebeuge von aussen.
- Heb ihn mit den Schultern auf.
- Gleichzeitig heb sein Bein mit der rechten Hand an. [und zieh mit der linken Hand]

76 r (Wurf aus einer hohen Bindung)



- Seit ihr beide eingelaufen mit gestreckten Armen.
- Lauf ihm mit den Kopf unter den rechten Arm durch
- Schreite mit deinem rechten Fuß vor seinen rechten.
- Fahr mit deinem rechten Arm von Hinten um seinen Körper.
- Senk dich einwenig nieder und nimm ihn auf die Hüfte.
- Wirf in nach hinten.

75 v (Wurf aus einer hohen Bindung)



- Seit ihr beide eingelaufen
- Greif mit deiner linken Hand sein rechtes Handgelenk und dreh es nach aussen.
- Hinterschreite sein rechtes Bein mit deinem rechten Bein.
- Greif mit deinem rechten Arm vorne um den Leib
- Wirf ihn über dein rechtes Bein [Zieh seinen rechten Arm dabei auf deine linke Seite]

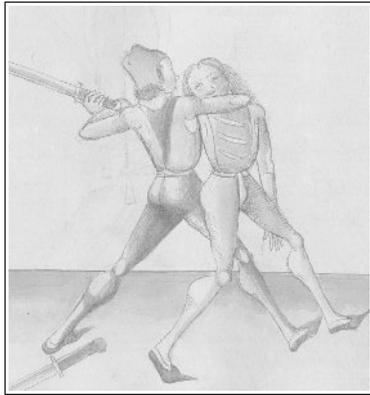
76 v (Wurf aus dem Einlaufen auf die rechte Seite)



- Ist dir einer zur rechten Seite eingelaufen
- Bleibt mit dem Messer an seinem Messer
- Fahr mit dem Gehültz über seine rechte Hand [Bring seinen Arm in eine Streckung].
- Wende deine linke Seite an seine rechte.
- Spring mit deinem linken Fuß vor seinen rechten.
- Fahr ihm mit den linken Arm von hinten um den Körper und senk dich einwenig nieder.
- Wirf ihn nach vorne auf sein Gesicht oder lass ihn in dein Messer fallen.
- Ist er zu stark, fass ihn mit dem Gehültz am Nacken und zieh es zu deiner rechten

Seite.

77 r (Wurf aus niedriger Bindung)



- Wenn einer beim Einlaufen die Hände niedrig hält
- Greif mit deiner linken verkehrten Hand von innen an seine rechte Hand.
- Sping mit deinem rechten Fuß hinter seinen rechten.
- Umfass seinen Hals von vorne mit deinem rechten Arm
- Wirf hin über die rechte Hüfte.

77 v (Wurf aus niedriger Bindung)



- Hast du mit deiner rechten Hand seine rechte Hand ergriffen.
- Bring seinen rechten Arm in eine Streckung.
- Fass ihn mit dem linken Arm beim Hals und wirf ihn über dein linkes Bein.

77 v - 2 (Wurf aus niedriger Bindung)

- Läuft dir jemand ein und ist tief mit den Händen
- Fahr mit dem Gehültz aussen über seine rechte Hand.
- Druck damit nieder und zieh seine Hand auf deine Brust.
- Fass ihn mit der linken Hand bei dem Ellbogen
- Spring mit deinem linken Fuss vor deinen rechten und drück ihn darüber.

78 r (Wurf aus niedriger Bindung)



- Ist er tief mit den Händen
- Schieb ihn mit der rechten Hand am rechten Ellbogen auf seine linke Seite.
- Greif mit der linken Hand von innen in seine rechte Kniebeuge
- Schreite mit dem linken Bein vor sein rechtes Bein.
- Wirf ihn vor dich.