

## **PROGRAMA CINTURON NARANJO**

### **Kenpo Martinez**

1. PLUMAS QUE ATRAPAN " CLUTCHING FEATHERS " (Mano izquierda tomando el pelo)
2. DANZA DE LA MUERTE " DANCE OF DEATH " (Golpe recto mano derecha)
3. SALUDO CON EMPUJE " THRUSTING SALUTE " (Ataque con pierna derecha)
4. REGALO DE DESTRUCCION " GIFT OF DESTRUCTION " (Tomada de mano derecha)
5. CUERNOS ENCERRADOS " LOCKING HORNS " (Tomada de cuello delantero)
6. KIMONO SOLITARIO " LONE KIMONO " (Mano izquierda toma mano solapa)
7. SALUDO DE APARIENCIA " GLANCING SALUTE " (Mano derecha a tomar solapa)
8. CINCO ESPADAS " FIVE SWORDS " (Golpe circular derecho)
9. RAMA MOVIENDOSE " BUCKING BRANCH " (Ataque de pierna izquierda)
10. PEZUÑA RAJUÑANDO " SCRAPING HOOF " (Tomada de full nelson)
11. AGARRE DE LA MUERTE " GRIP OF DEATH " (Tomada de cuello del lado izquierdo)
12. TALON CRUZANDO " CROSSING TALON " (Mano derecha tomando muñeca)
13. MARTILLO REPETIDOR " REPEATING MACE " (Mano izquierda empujando)
14. GOLPEANDO LA CABEZA DE LA SERPIENTE " STRIKING SERPENTS HEAD "(Abrazando la cintura por delante)
15. ALAS ENCERRRADAS " LOCKED WING " (Toma de brazo derecho por atrás)
16. MARTILLO EN REVERSA " REVERSING MACE " (Avance con golpe izquierdo)
17. ALAS APLASTADORA " CRASHING WINGS " (Abrazo de cintura por atrás)
18. Garra Lloviendo "RAINING CLAW" (Ataque de Upper Cut derecho al estómago)

### **FORMAS**

- 1.- SHORT FORM N.1 – Ambos lados
- 2.- Kicking Set 1

### **Kicks**

1. Spinning back hook kick
2. Circle over head jump kick
3. Front chicken Kick
4. Front Jump kick
5. Low double kick

### **Punches**

1. Straight thrust

2. Straight snap
3. Vertical thrust
4. Vertical snap

### **Strikes**

1. Back hammerfist
2. Inward hammerfist
3. Inward handsword
4. Outward handsword
5. Inward elbow
6. Upward elbow
7. Obscure elbow
8. Back knuckle

### **Finger techniques**

1. Front thrust horizontal
2. Front thrust vertical
3. Back horizontal thrust
4. Overhead claw

### **Maneuvers**

1. Step through forward
2. Step through reverse
3. Step drag forward
4. Step drag reverse
5. Drag step forward
6. Drag step reverse
7. Front crossover forward
8. Front crossover reverse
9. Jumping (three ways)
10. Cover