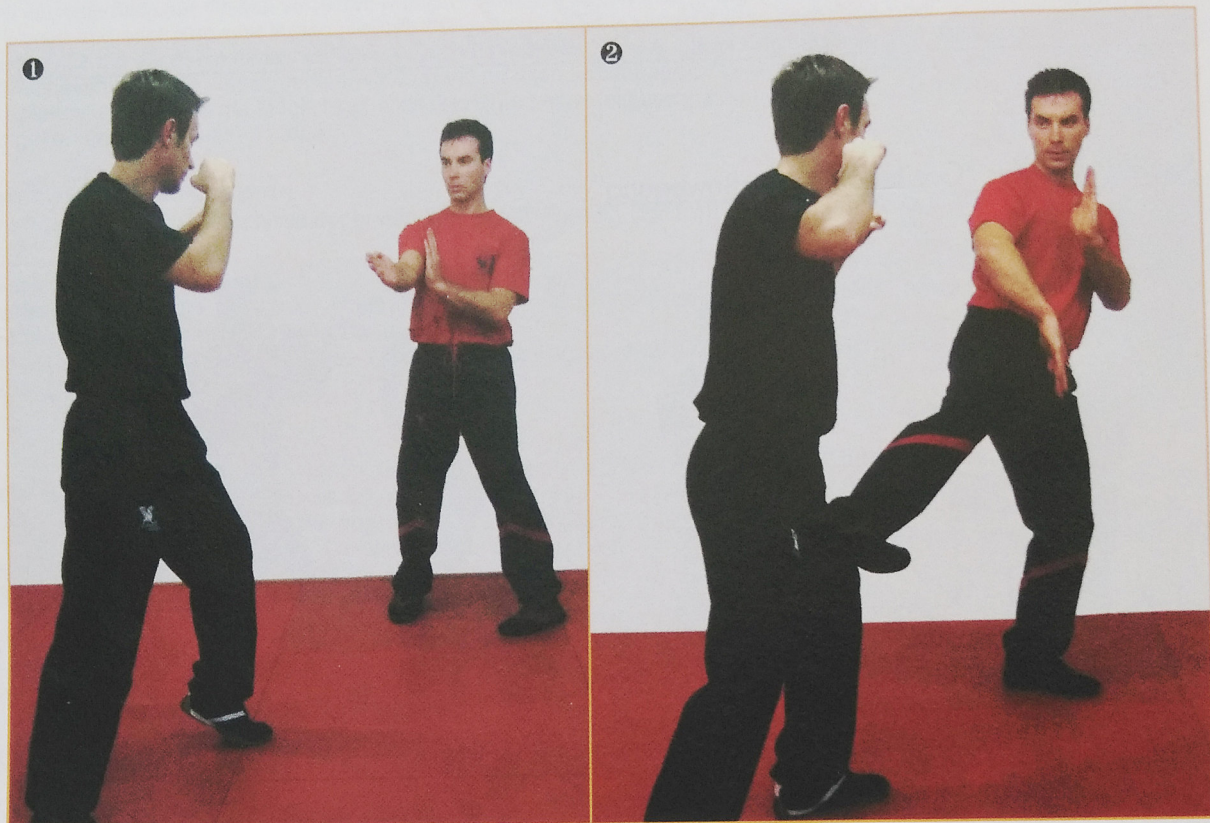




**Folge 30:**  
Zuvorkommende Trittabwehr



- ① In der Absicht mit seinem hinteren Bein zu treten führt Erkan (I) einen distanzüberbrückenden Zwischenschritt mit seinem linken Bein aus.
- ② im Augenblick, da der Gegner sein Bein nach vorn gehend aufsetzt, führt Sifu Dragos einen seitlichen Tritt zum Knie seines Gegners aus. Der Tritt des Gegners kommt somit gar nicht erst an.

**Anmerkung:** Beginnt der Kampf in einer weiten Distanz, so greifen wir im WT nicht an, sondern lassen den Gegner den ersten Schritt ausführen.  
 Im Augenblick der Annäherung ist dieser gezwungen, zunächst sein Bein aufzusetzen, um dann den eigentlichen Angriff (Schlag oder Tritt) auszuführen.  
 Damit ergibt sich für uns eine Schwachstelle bzw. ein taktischer/zeitlicher Vorteil gegenüber dem Gegner. Daher verhindert unser Tritt zum Knie des Gegners die Ausführung des eigentlichen Angriffs.  
 Der seitlich getretene Tritt zum Schienbein gibt uns die Möglichkeit mehr Kraft und Reichweite beim Treten zu entwickeln, zudem ist er für den Gegner nur schwer abzuwehren.  
 Während der Ausführung müssen unsere Arme den Rumpf für etwaige durchkommende Attacken abdecken und sichern.  
 In gleicher Weise schützt die gebeugte Kniehaltung beim Treten unseren Unterleib.

