SAMENVATTING GEWAPENDE KRAV MAGA SITUATIES

Referentie Handboek: ISBN 9038912579

VERDEDIGING TEGEN AANVAL MES
- Plotselinge steek vanaf de voorzijde - bovenhandse greep (12)
- Plotselinge steek vanaf de zijkant - neerwaartse steek (Links) (13)
- Plotselinge steek vanaf de zijkant - neerwaartse steek (Rechts) (15)
- Steek, neerwaartse beweging - trap in het kruis (16)
- Plotselinge steek van voren - oriëntaalse greep (18)
- Steek, oriëntaalse greep - diagonale verdediging met de onderarm (20)
- Steek in de maag vanaf de zijkant, oriëntaalse greep - verdediging met de onderarm (24)
- Steek in de maag of ribben vanaf de zijkant - verdediging en snelle aftocht (26)
- Steek, oriëntaalse greep - trap tegen de kin (26)
- Steek, rechte greep - verdediging van binnen naar buiten (27)
- Steek, rechte greep - verdediging van buitenuit naar de aanvallende zijde (30)
- Plotselinge, rechte steek, gericht op de onderbuik (33)
- Steek, rechte greep - trap naar het midden van het lichaam (34)
- Steek, rechte greep - voorwaartse schop tegen oksel (35)
- Steek, rechte greep - zijdelingse verdediging en schop (36)
- Steek, rechte greep - zijwaartse trap (38)

VERDEDIGING TEGEN AANVAL STOK
- Bovenhandse slag - verdediging met stekende beweging naar binnen (63)
- Bovenhandse slag - stekende verdediging naar buiten (67)
- Bovenhandse slag met twee handen - stekende verdediging (71)
- Aanvaller naast u, aanval met bovenhandse slag (72)
- Bovenhandse slag - stekende verdediging naar buiten, 2 stappen voorwaarts (73)
- Horizontale slag van de zijkant - naar voren springend (76)
- Steek met een stok - binnenwaartse verdediging naar buiten (78)
- Steek met een stok - binnenwaartse verdediging van binnenuit (80)

VERDEDIGING TEGEN BEDREIGING GEWEER
- Bedreiging van voren - wapen in één hand (112)
- Bedreiging van voren - naar de aanvallende kant (113)
- Bedreiging van voren - naar de vrije kant (115)
- Bedreiging vanachteren, korte afstand (117)
- Bedreiging vanachteren, korte afstand - draaien naar de 'vrije' kant

VERDEDIGING MET ALLEDAAGSE VOORWERPEN
- Stokachtige voorwerpen (137)
- Steenachtige voorwerpen (137)
- Schildachtige voorwerpen (139)
- Mesachtige voorwerpen (141)
- Touwachtige voorwerpen (141)
- Vloeistoffen en verstuivers (142)

VERDEDIGING MET STOK TEGEN STOK
- Buitenwaartse verdediging met een stok (160)
- Verticale klap neerwaarts - verdediging stok in 1 hand (163)
- Vertikale klap omlaag - blokkeren stok met beide handen, tegenaanval met een schop (164)
- Horizontale zwaai van de zijkant - blokkerende stok 1 hand (165)
- Horizontale zwaai - blokkerende stok in beide handen (166)
- Rechte steek - afweren met een binnenwaartse beweging (167)
- Rechte Steek - afweren met een naar buiten gerichte verdediging (169)
- Rechte, lange steek - verdediging naar buiten en naar beneden (170)
- Aanval tegen een gewapende bedreiging - met stok en schoppen (171)

2 VERDEDIGING BEDREIGING ME
- Bedreiging van voren op lange afstand (48)
- Bedreiging van voren, met het mes buiten bereik (50)
- Bedreiging van voren, korte afstand (51)
- Bedreiging op de keel, van voren (53)
- Bedreiging op de keel, met naar binnen gericht mes (54)
- Bedreiging vanachteren, vastgepakt bij de schouder (55)
- Bedreiging vanachteren, korte afstand (57)
- Bedreiging van de zijkant, korte afstand (58)
- Bedreiging vanachteren, mes op de keel (59)

4 VERDEDIGING BEDREIGING HANDVUURWAP
- Bedreiging van voren, op afstand (87)
- Diagonale bedreiging van voren, van een afstand (91)
- Bedreiging vanachteren, op korte afstand (94)
- Bedreiging van de zijkant, achter uw arm (97)
- Bedreiging van de zijkant, voor uw arm (Links) (98)
- Bedreiging van de zijkant, voor uw arm (Rechts) (100)
- Bedreiging tegen het hoofd van de zijkant - draaien (102)
- Bedreiging tegen het hoof, van de zijkant - afweren en vastpakken handvuurwapen (103)
- Bedreiging vanachteren, op afstand (104)
- Duw en bedreiging vanachteren, op afstand (106)

6 GIJZELINGSSITUATIES
- Granaat
  - Redder komt vanachteren - beweegt voorwaarts (124)
  - Redder komt vanachteren - trekt naar achteren (128)
- Handvuurwapen
  - Bedreiging van voren (131)
  - Bedreiging met vuurwapen tegen het hoofd - aanvaller houdt de gijzelaar vast (133)

8 VERDEDIGING MET STOK TEGEN ME
- Verdediging tegen oriëntaalse steek (147)
- Verdediging tegen een neerwaartse steek (149)
- Verdediging tegen een rechte steek (151)
- Verdediging tegen een aanval met een zwaaiend mes - terugtrekken en schoppen (152)
- Verdediging tegen een aanval met een zwaaiende mes - in te zetten nadat het mes u is gepasseerd (153)

10 VERDEDIGING TEGEN MEERDERE AGRESSO
- Twee aanvallers - rechts 1 met stok en links 1 met mes (176)
- Twee aanvallers - rechts 1 met mes en links 1 met stok (179)
- Twee aanvallers - hoe bewegen om meer afstand te krijgen (180)
- Twee aanvallers - eerste actie tegen mes - draaien van de aanvaller (182)