

2ª KATA  
DEFENSA PERSONAL POLICIAL

---



## 2ª KATA DEFENSA PERSONAL POLICIAL

---

Esta Kata es un estudio del **Bastón Policial** y las distintas técnicas aplicables en combate, desarmes ante agresión con palo, defensa del mismo ante intento de sujeción, resolución ante agarres básicos al agente, conducciones y proyecciones.

**Para esta Kata se utilizarán dos Ukes y un ayudante.**

**La entrada** se efectuará de forma que **Tori entrará por la izquierda del Tribunal** y los dos Ukes y el ayudante por la derecha del mismo.

- **TORI llevará dos palos un bastón policial y dos grilletes,** de los cuales uno lo llevará en un porta grilletes.
- **UKE llevará dos palos.** Los palos irán en la mano derecha y a la altura del cinturón

**Todos realizarán un saludo de pie al Tribunal, y fuera de la zona roja**

- Tori y Uke se aproximarán **hasta unos seis metros uno del otro**, en donde se efectuará
- **El saludo de rodillas** (una vez depositadas las armas: Tori los palos y el Bastón Policial Junto a la rodilla derecha se sitúa **primero el bastón policial** y a continuación los Kalis y Uke los kalis, junto a su rodilla derecha). Efectuado el saludo,
- **Tori dejará los útiles que porta** en la zona roja que delimita un área de competición, para lo cual se arrodillarán y dejará **el Bastón Policial. Y los grilletes**

## 2ª KATA DEFENSA PERSONAL POLICIAL

---

- **Uke permanece de pie con los dos kalis en las manos**
- Posteriormente, TORI se levantará y ambos se girarán, de forma que nunca darán la espalda al Tribunal, (seis metros).
- **A continuación, se procederá a abrir la Kata (izquierda-derecha),**
- para aproximarse hasta la zona central en donde se desarrollarán todos los movimientos básicos.

Durante el desarrollo de la Kata, **nunca se desplazarán hacia atrás para llegar a sus posiciones de partida.**

En todos los movimientos básicos, **Uke atacará con veracidad** con **“Kiai”**, y **Tori sin “Kiai”**, resolverá con la máxima realidad y eficacia.

2ª KATA  
DEFENSA PERSONAL POLICIAL

---

**1º GRUPO**

**LA APROXIMACIÓN SE VERIFICARÁ CON LOS KALIS EN LAS  
MANOS DE TORI Y UKE (UNO EN CADA MANO)**

Tori y Uke, **van desplazándose en círculo** durante el combate hasta quedar como estaban al principio. Es muy importante que durante este desplazamiento en círculo, **nunca se crucen los pies**

- 1. CIELO SEIS.-** Tori y Uke realizarán un combate en el que se empleará Cielo Seis, desplazándose alrededor del centro, y **realizando al menos 3 movimientos completos**
- 2. ESTÁNDAR SEIS.-** Tori y Uke realizarán un combate en el que se empleará Estándar Seis, desplazándose alrededor del centro, y **realizando al menos 3 movimientos completos.**
- 3. COMBINACION.** Al igual que en los movimientos anteriores, se combinarán Cielo Seis con Estándar Seis.

Una vez terminado, Tori y Uke se desplazarán hacia la **zona de armas** con el fin de dejar éstas, para lo cual se **arrodillarán completamente para dejar y recoger armas.**

2ª KATA  
DEFENSA PERSONAL POLICIAL

---

**2º GRUPO**

En este grupo, Tori llevará **Bastón Policial** y Uke llevará **un palo**. Después de cada desarme, Tori lanzará el palo en dirección a la **zona de armas** de Uke. Éste para recogerlo, **APOYARÁ LA RODILLA DERECHA** en el suelo del tatami.

Tori y Uke se aproximarán al centro.

**1. RESOLUCION ANTE GOLPE DESCENDENTE**

- **Uke realizará un golpe descendente** con el palo en dirección a la cabeza (*zona parietal*) de Tori.
- **Tori, por el interior, golpeará con el Bastón Policial el palo**, para decelerar la velocidad de éste.
- A continuación, **fijará con su axila el palo** y le **golpeará en la mano** armada para desarmarlo. Una vez desarmado,
- **Se desplazará hasta la zona de armas de Uke** y **soltará el palo en la zona de armas**.

Uke irá a recogerlo a su **zona de armas**, para lo cual **apoyará su rodilla derecha en el suelo** girándose a continuación con el fin de aproximarse a Tori.

2ª KATA  
DEFENSA PERSONAL POLICIAL

---

**2. RESOLUCION ANTE GOLPE LATERAL**

- Uke intentará golpear con el palo en la cabeza (*Temporal*) de Tori.
- Tori, realizando **un desplazamiento en círculo por el interior,**
- **golpeará la mano de Uke,** a la vez que fijará el extremo del palo para desarmarlo.
- **Se desplazará hasta la zona de armas de Uke y soltará el palo en la zona de armas.**

**El ayudante es el que colocará el palo correctamente para que Uke pueda recogerlo en la forma apropiada.**

**3. RESOLUCION ANTE GOLPE DE REVÉS**

- Si Uke fallase el movimiento anterior, realizaría un **golpe de revés sobre la cabeza** (*zona Temporal derecha*) de Tori.
- Tori, **desplazándose hacia el exterior,**
- **golpearía con su Bastón Policial en el palo,** para decelerar la velocidad de éste,
- **fijándole la mano y**
- **golpeándole en las costillas** para desarmarlo.
- **Se desplazará hasta la zona de armas de Uke y soltará el palo en la zona de armas.**

. El ayudante sería el que colocaría el palo correctamente.

2ª KATA  
DEFENSA PERSONAL POLICIAL

---

Tori y Uke se desplazarían hacia sus zonas de armas con el fin de colocarse la Kurka, para posteriormente girarse y regresar al centro.

**3º GRUPO**

EN ESTE GRUPO, TORI LLEVARÁ UN BASTÓN POLICIAL Y UKE SE LIMITARÁ A SUJETARLO.

**1.- DEFENSA ANTE AGARRE ALTO**

- Uke sujetará el Bastón Policial de Tori.

Se realizarán dos posibles variantes: si Tori tuviera la mano muy grande en comparación con Uke,

- Tori fijaría la mano de Uke, y con la otra golpearía el rostro para proyectarlo.
- En caso de que Tori tuviera una mano pequeña en comparación con Uke, Tori desplazaría sus manos a la mano de Uke, para realizarle **Kote Gaeshi**.

**Uke quedará en posición de Cúbito prono.**

**2.- DEFENSA ANTE AGARRE BAJO**

- Uke sujetará el Bastón Policial de Tori.

Tori realizará una luxación en “Z” y

- Uke caerá al suelo de espaldas.

**3.- DEFENSA ANTE AGARRE DOBLE**

**Uke fijará el Bastón Policial de Tori con las dos manos.**

## 2ª KATA DEFENSA PERSONAL POLICIAL

---

Tori realizará una suelta básica por la punta y **golpeará el estómago de Uke con el talón**

Tori y Uke se desplazarán hacia sus **zonas de armas**, con el fin de colocarse la Kurka, y al llegar se girarán para regresar al **centro**.

### **4º GRUPO**

EN ESTE GRUPO, **TORI LLEVARÁ UN BASTÓN POLICIAL Y UKE SUJETARÁ A TORI.**

#### **1. RESOLUCION ANTE AGARRE MUÑECA DERECHA**

- Uke fijará **con su mano derecha, la muñeca derecha** de Tori.
- Tori resolverá **mediante Nikyo** con el talón del Bastón Policial
- Uke abandona

#### **2. RESOLUCION ANTE AGARRE MUÑECA IZQUIERDA**

- Uke fijará **con su mano derecha, la muñeca izquierda** de Tori.
- Tori, aplicando el Bastón Policial en el cuello de Uke, lo proyectará hacia atrás.
- Uke termina de Cúbito prono



2ª KATA  
DEFENSA PERSONAL POLICIAL

---

**3. RESOLUCION ANTE AGARRE SOLAPA DERECHA**

- Tori, pasará de empuñamiento largo a empuñamiento corto mediante un ejercicio básico de habilidad.
- Uke, con su mano izquierda sujetará la solapa derecha de Tori, con el fin de golpearle con la otra mano.
- Tori, fijará la mano de Uke y mediante un giro realizará una luxación de codo con el Bastón para llevarlo al suelo. Una vez allí,
- Se utilizará el Bastón Policial para realizarle un esposamiento en posición Técnica , realizando una conducción con el mismo fuera de la zona de combate.

**Tori** se desplazará a su zona de armas colocándose la kurka, y al llegar, **se arrodillará, dejará el Bastón Policial junto a su rodilla derecha y cogerá el otro grillete.**

Recogerá nuevamente el Bastón Policial, y se levantará sin dar la espalda al Tribunal.

El otro Uke entrará a la zona de combate sin saludar, cuando Tori se halla levantado para aproximarse al centro.

*En el caso de que solo se dispondría de un solo Uke para realizar esta Kata, Tori de rodillas esperaría que quitasen los grilletes a Uke, el cual entraría al tatami sin saludar.*

## 5º GRUPO

**TORI Y UKE SE DESPLAZARÁN SIMULTÁNEAMENTE DE FORMA QUE SE QUEDARÁN MIRANDO AL TRIBUNAL.**

### 1. **CONDUCCION BRAZO BASTON AL CODO IZQUIERDO**

- Tori llevará el **Bastón Policial** en la mano derecha,
- y **fijando la muñeca izquierda** con su mano izquierda realizará
- Una luxación en el brazo izquierdo de Uke
- Se desplazan empezando a caminar con el pie izquierdo
- Para terminar con una **proyección hacia atrás**
- **después de dar dos pasos hacia el Tribunal**

### 2. **CONDUCCION EN VIOLIN**

Desde la posición inicial de Tori frente a Uke, **estos se desplazarán simultáneamente para quedarse mirando al Tribunal.**

- Tori **fijando la muñeca izquierda de Uke**, realizará una **conducción en “violín”**,
- Para **reducirlo al suelo tras dos pasos**, y posteriormente
- Realizarle un **control al codo** con el bastón, para lo cual, **se fijará el empuñamiento del Bastón Policial**

## 2ª KATA DEFENSA PERSONAL POLICIAL

---

**con el pié, y con la otra mano, se controlará la punta del mismo,** produciéndole una dolorosa luxación.

*En el caso de personas muy elásticas, a la vez que se les luxase el codo, con la otra mano, se les podría tirar de la muñeca, incrementando la luxación.*

### 3. **CONDUCCION BRAZO IZQUIERDO Y REDUCCION**

En este movimiento,

- Uke y Tori, se **desplazarán simultáneamente.**
- En este momento, **Tori controlará el brazo izquierdo de Uke, mediante el pinzamiento de la muñeca con el pulgar,**
- **Reduciéndole al suelo,** para posteriormente
- **Levantarlo y**
- **Conducirlo** fuera de la zona de combate.

Tori se desplazará en dirección hacia su **zona de armas** colocándose la Kurka. Al llegar se girará y en ese momento, saldrá Uke de su zona para dirigirse al centro y empezar el último grupo.

2ª KATA  
DEFENSA PERSONAL POLICIAL

---

**6º GRUPO**

**TORI LLEVARÁ EL BASTÓN POLICIAL.**

**1. PROYECCION POR EL CUELLO**

Tori partirá con el Bastón Policial en **empuñamiento doble**.

- Dando **un paso con el pié derecho hacia delante**,
- **Golpeará en el estómago de Uke** (se podrá realizar con el talón si se avanza con el pie derecho),
- Para realizarle **Tai Otoshi**, o para proyectarlo lateralmente.

Se permitirá dicho cambio debido a la dificultad de caída del movimiento.

**2. PROYECCION POR LAS PIERNAS**

- Uke al levantarse, dará la espalda a Tori.
- Tori, con el Bastón Policial en **empuñamiento largo**,
- Le realizará **una proyección** al pasarle el bastón policial por encima de sus rodillas en empuñamiento doble.

**3. PROYECCION ENTRE LAS PIERNAS**

- Tori partirá con el Bastón Policial en empuñamiento largo. A continuación, deberá de pasar
- a **Empuñamiento medio**, con uno de los ejercicios **básicos de habilidad**.

## 2ª KATA DEFENSA PERSONAL POLICIAL

---

- Colocará el Bastón Policial **entre las piernas de Uke, a la altura de las articulaciones de sus rodillas, y**
- poniéndole la **mano a la altura del pecho,**
- lo **proyectará,** realizando Uke una caída de espaldas.

Una vez terminado este último movimiento,

- Tori y Uke irán a **recoger los palos** arrodillandose completamente para a continuación
- **Cerrar la Kata** (primero atrasarán el pie derecho, y después el izquierdo) para quedar a la distancia inicial del comienzo. Desde la posición de firmes, pasarán a
- **Saludarse en el suelo,** para lo cual, apoyarán primero la rodilla izquierda, y después la derecha dejando los palos junto a la rodilla derecha.
- Una vez realizado el saludo, se levantarán, primero con la rodilla derecha y después con la izquierda, para pasar a
- **Saludar al Tribunal** (desde esa misma posición de pie). El otro Uke y el ayudante, realizarán el saludo desde el exterior de la zona roja.

**Para salir, deberán desplazarse hacia atrás, de forma que no den la espalda al Tribunal.**

**EL AUTOR.- JOSE MARIA BENITO GARCIA.-** *Maestro y Cinturón rojo decimo Dan de Defensa Personal Policial , noveno Dan de Sambo-Defensa Personal, 8º Dan de Jiu Jitsu, Defensa Personal Femenina, Kobudo y Kobudo Policial, Sexto Dan de Judo y Defensa Personal,- Campeón de España Absoluto de Sambo y Judo.-.*