



# WBTLF, ILL & FNBL&DA LETHWEI MATRICE

PAR ALAIN-ANDRÉ FESCHET "KUMA" 18/08/2023

**Combattant prêt:**

1. Protège dents
2. Bandages mains « 6m croisés, Gaze avec coussin, pas de tresses »
3. Short
4. Longyi
5. Coquille
6. Soigneur et Entraîneur
7. Protège tibias
8. Protège coudes
9. Protège Poitrine Femme

<b>Esquives :</b> 1. Dessous 2. Droite 3. Gauche 4. Arc Droit 5. Arc Gauche 6. Twist Droit 7. Twist Gauche 8. Cassé Avant 9. Aspirer	<b>Têtes :</b> 1. Face 2. Coté 3. Remontant 4. Crochet 5. Descendant 6. Enfonçant 7. Arrière 8. Croisé droit 9. Croisé gauche	<b>Coudes :</b> 1. Pic 2. Surpassé Aigle 3. Latéral 4. Lames croisés 5. Retombant 6. Uppercut 7. Barré 8. Arrière 9. Double
<b>Boxing :</b> 1. Cobra 2. Direct 3. Crochets (3) 4. Uppercut 5. Bâton 6. Revers 7. Marteau 8. Remontant 9. Retombant	<b>Genoux :</b> 1. Piqué droit 2. Piqué retombant 3. Circulaire 4. Sortant 5. Bâton 6. Croisé 7. Uppercut 8. Blocage bas 9. Double	<b>Saisies (clinch) :</b> 1. Face un coté 2. Double 3. Croisé 4. Latéral 5. Guillotine 6. Arrière
<b>Balayages :</b> 1. Crochet interne 2. Crochet externe 3. Coupé interne 4. Coupé externe 5. Croisé interne 6. Croisé externe 7. Tournant int 8. Tournant ext 9. Face bloquant	<b>Pieds (Fouet, Poussé Barré)</b> 1. Avant 2. Latéral 3. Circulaire 4. Crocheté 5. Croissant int/ext 6. Bâton 7. Retombant 8. Arrière 9. Croisé court	<b>Projections :</b> 1. Epaules 2. Hanches/Bassin 3. Barré 4. Torsion 5. Surpassé face 6. Surpassé latéral 7. Saisies face 8. Saisies latéral 9. Croisés externe

<b>Epaules :</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Face</li> <li>2. Torsion</li> <li>3. Latéral</li> <li>4. Uppercut</li> <li>5. Tombante</li> <li>6. Esquives</li> </ol>	<b>B.1.B :</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Face sur direct</li> <li>2. Croisés int</li> <li>3. Croisés ext</li> <li>4. Soulevés</li> <li>5. Descendante</li> <li>6. Enroulés int</li> <li>7. Enroulés ext</li> <li>8. Racine int</li> <li>9. Racine basse</li> </ol>	<b>K.1.K</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bloqué</li> <li>2. Coupé</li> <li>3. Cassé (Low)</li> <li>4. Ecrasé</li> <li>5. Piétiné</li> <li>6. Percuté</li> <li>7. Genoux int ext</li> <li>8. Genoux croisé</li> <li>9. Marché sauté</li> </ol>
<b>Charges :</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pas de Chat</li> <li>2. Pas glissés</li> <li>3. Ruades</li> <li>4. Sauté sur l'appui</li> <li>5. Croisé retourné x 3</li> <li>6. Internes</li> <li>7. Sanglier</li> <li>8. Déboulé</li> <li>9. Cathédral</li> </ol>	<b>Les Boxes :</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sanglier</li> <li>2. Buffle</li> <li>3. Cobra</li> <li>4. Aigle</li> <li>5. Python</li> <li>6. Tigre</li> <li>7. Panthères</li> <li>8. Scorpion</li> <li>9. Vipère</li> <li>10. L'Ours KUMA</li> </ol>	<b>Les Bases :</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 3 Distances</li> <li>2. 3 Vitesses</li> <li>3. 3 Puissances</li> <li>4. Poussé retenus</li> <li>5. Contre temps</li> <li>6. Pas de cotés</li> <li>7. Marcher changer</li> <li>8. 3 Gardes</li> <li>9. Le cousin</li> </ol>
<b>Agrées :</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. La Balle</li> <li>2. Le Bâton</li> <li>3. La Corde</li> <li>4. Le Bouclier</li> <li>5. Le Manchon</li> <li>6. Pattes d'ours</li> <li>7. Mains Ouvertes</li> <li>8. Médecine Balle</li> <li>9. Le pneu</li> </ol>	<b>Les jeux :</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. L'ombre</li> <li>2. Le Miroir</li> <li>3. Dos à Dos</li> <li>4. Un coup</li> <li>5. Marcher avant</li> <li>6. Marcher arrière</li> <li>7. Latéral</li> <li>8. Soties enroulé</li> <li>9. Sorties Croisés</li> </ol>	<b>Les Blocages -Passages</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Face</li> <li>2. Revers</li> <li>3. Croisés</li> <li>4. Haut Bas</li> <li>5. Double Bras</li> <li>6. Passages ext</li> <li>7. Contre croisés</li> <li>8. Pousser contre</li> <li>9. Bloqué dessous</li> </ol>

**Boxer la Boxe et Frapper les Pieds concept Bando U Maung GYI. Ci-Dessus.**

**Le concept des boxes Animales est très intéressant, cela permet d'adapter un style à une morphologie.**

**Il n'est pas question d'apprendre le Bando, mais d'utiliser ses connaissances pour élargir votre savoir.**

**En termes de communication, votre entraîneur sera aisé de demander pendant le combat,**

**« Un Aigle ou Un Cobra » plutôt que Direct, Crochets que l'adversaire comprend.**

**La pratique ancienne était composée des concepts , : Boxe, Boxe la Boxe, Cache la Boxe.**

**1/Poings, 2/Avants Bras, 3/Epaules, 4/Tête, 5/ Morsures, 6 /Bassin, 7/Genoux, 8/ Tibias et 9/ Pieds.**

**Ce sont les vrais neufs armes !**