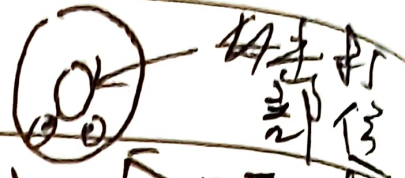


10月10 物通向拳师傅

1. 前头捶

Jab → cross → 前头



打击部位
眼睛

2. 侧头捶



打击部位

头部上

部弧线处

Jab → cross → 侧头捶

3. 上头捶：头部上前部

Jab → cross → (对手 hook) →

下蹲(不是摇!) → 上头捶

4. 缠抱手部压头动作

a. 左手掌在上, 右手掌在下,
压对方头后上部

b. 双手手指十指交握，
压对方颈部上方，靠
近后脑干处

c. 双手手掌十指交握，手掌
合实，用手臂夹紧对方
颈部左右两侧，掌根应在
颈部上方

d. 十指交握，向上移，大指
指关节抵住对方后
脑下侧，让对方头抬
不起来

e. 十指交握，大拇指~~指~~
指尖刺住对方~~耳垂~~
与脸颊交点，对方会
很疼。可以一只手做，
让~~对方~~向一侧倒去，
然后~~摔~~摔对手

f. 手掌~~并~~重叠压头，对方
向上挣扎，双手放松
让对方头向上，然后
前头摔

g. 手掌相叠压头，放开一
只手，另一只手握颈部，
侧身，用侧头摔