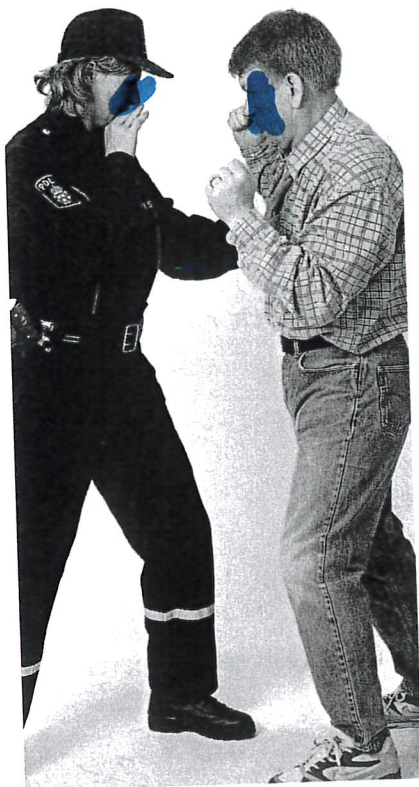


Bågspännaren

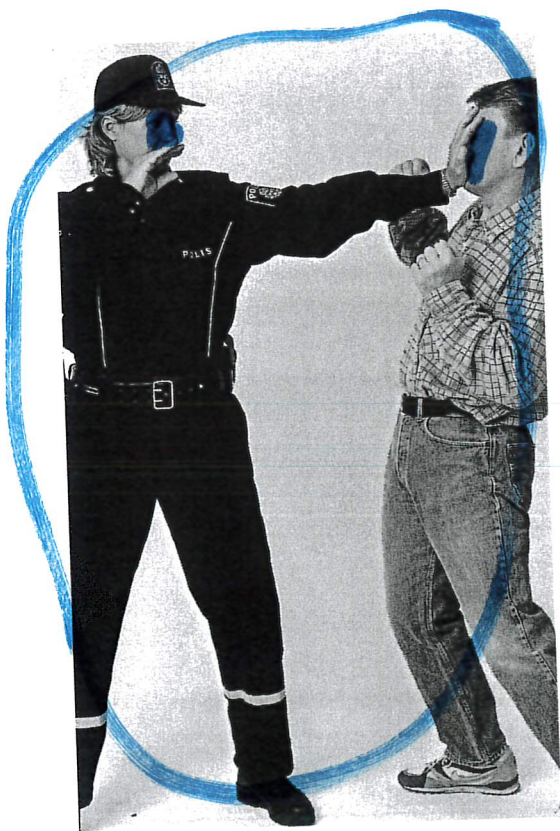
Den främre handen skapar avstånd genom att polisen trycker mot angriparen. Den bakre handen är klar för skydd.



Intag gardställning. Sätt handen i angriparens bröst.



Tryck ifrån med hjälp av höftrotation så att du eller angriparen förflyttas bakåt. Inta säkerhetsavstånd.

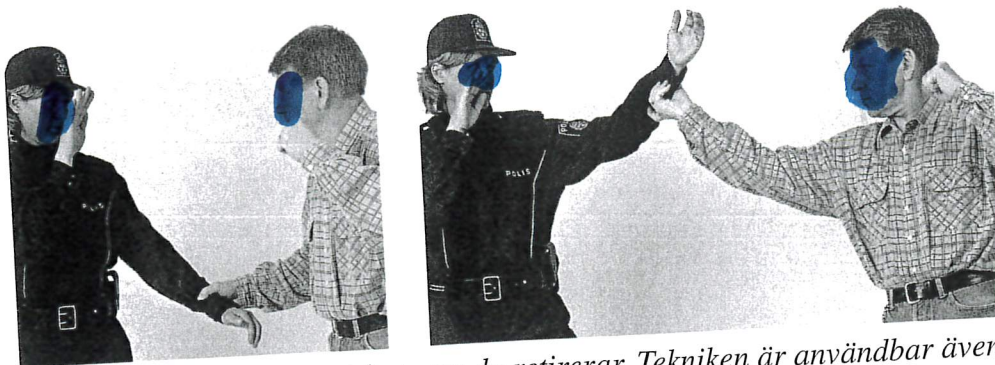


Handen kan vid behov sättas i angriparens ansikte, men beakta då bitrisken!

Jämför med "boxarjabben", som utförs i syfte att hålla motståndaren på avstånd.

Till instruktören

Öva dina poliser så att de med ena handen kan hålla en angripare ifrån sig och samtidigt dra batongen med den andra handen. Öva även med pistol.



Vrid loss handleden samtidigt som du retirerar. Tekniken är användbar även om angriparen har tag ända upp mot axeln.

Hårtag



Tryck fast handen mot ditt huvud.



Attackera ansiktet så att angriparen släpper. Ta distans eller ta grepp.

Armstrypning



Dra ner angriparens arm så att du kan få luft. Backa samtidigt in i bälans.



För ut stjärten så att angriparen inte kan återta greppet. Attackera angreppsmål.



Rotera runt och fortsätt attackera angreppsmål. Ta distans eller ta grepp.