

Τακτική

Το εναέριο Dwit chagi μπορεί να στοχεύσει τον προστατευτικό θώρακα του αντιπάλου αποδίδοντας 1+2 βαθμούς, αλλά και το κεφάλι του προσφέροντας 4 βαθμούς. Ως τεχνική εκτέλεση στο κεφάλι του αντιπάλου είναι ευκολότερο από το Bandal Dollyo chagi. Δεν είναι καθόλου προβλέψιμο από τον αντίπαλο και αμυντικά αντιμετωπίζεται πάρα πολύ δύσκολα. Προϋποθέτει άριστη φυσική κατάσταση.

7. Dwit chagi με ταυτόχρονη οπισθοχώρηση

Αυτή η παραλλαγή επιλέγεται όταν ο αντίπαλος είναι πολύ κοντά, σχεδόν σε επαφή. Η κινητήριος δύναμη εφαρμόζεται αποκλειστικά στο πίσω πόδι, με το οποίο θα γίνει και το λάκτισμα, γι αυτό και είναι ισχυρότατο, διότι έχει συσσωρευθεί εκεί όλη η ενέργεια. Κατά την εκτίναξη το κέντρο βάρους μετατίθεται στιγμιαία στο πίσω πόδι και έξω από την βάση στήριξης. Ο κορμός πρέπει να πλαγιάσει αρκετά (60° ή και περισσότερες). Το Dwit chagi εκτελείται ενώ ταυτόχρονα απομακρύνεται ο αθλητής/τρια. Με αυτόν τον τρόπο διατηρείται η σωστή απόσταση και αυξάνονται η δύναμη, η ταχύτητα και η αποτελεσματικότητα. Επιπλέον εξασφαλίζεται η συνέχιση της συμπλοκής με καλές προϋποθέσεις για τον αμυνόμενο (Εικόνες 19.12. & 19.13.).

Δεν χρειάζεται να γίνει άλμα, αλλά εναέρια **εναλλαγή των ποδιών χαμηλά**. Μετά το Dwit chagi το πόδι στήριξης θα δεχθεί όλο το βάρος του σώματος (στιγμιαία κατά το πάτημα) και συνήθως γίνεται οπισθοχώρηση με γλίστρημα-εκτίναξη προς τα πίσω, για να μεγαλώσει η απόσταση από τον αντίπαλο, ώστε ο αμυνόμενος να οργανωθεί καλύτερα για την εξέλιξη της συμπλοκής, ή για να τελειώσει την συμπλοκή με τους βαθμούς που κέρδισε.



Εικόνα 19.12.



Εικόνα 19.13.

Τακτική

Από τακτική άποψη εφαρμόζεται όταν ο αντίπαλος κατά την εξέλιξη της συμπλοκής βρίσκεται σχεδόν σε επαφή, π.χ. σε κάποιο κλείσιμο, ή όταν ο αντίπαλος έχει βρεθεί πάρα πολύ κοντά, ή επιτίθεται ταχύτατα, ώστε κάθε Dwit chagi με τους προηγούμενους τρόπους εκτέλεσης να μην προλαβαίνει να πετύχει τον θώρακά του.