

## ATAQUES CIRCULARES - GENERALIDADES

Están formados por aquellas técnicas que desde su punto de partida describen un arco más o menos amplio, lo cual aunque aumenta su recorrido las dota de una mayor potencia.

La acción de giro de la cadera es esencial, pero a ella debe unirse el giro del torso que lleva a éste a un sobregiro que impulsa al brazo o a la pierna dotando a los movimientos de una mayor inercia.

Tanto las técnicas de pierna como las de brazo es preferible realizarlas desde posiciones de c.d.g. alto, con el fin de facilitar el giro de la cadera y el sobregiro del torso.

Los ataques de puño deben tener un sentido final de solidez y penetración. Por contra, los de pierna, gracias a la retracción de la rodilla, suelen ser de tipo percutante.