



فنکل خان سه رزم آوران

- قیام- ۱- باروسان پای راست عقب، بالکوب راست- ۲- فربالکوب چپ (مشت چپ از پایین به بالا)-
۳- دوربالکوب چپ(مجدداً مشت چپ از پهلو)- ۴- دوربالکوب راست (مشت راست از پهلو)- ۵- پیکوب راست
پایین (ضربه پاشنه از پهلو پایین با پای راست به طرف جلو)- ۶- باروسان پای راست جلو، بالکوب چپ-
۷- فربالکوب راست- ۸- دوربالکوب راست- ۹- دوربالکوب چپ- ۱۰- پیکوب چپ به پایین- ۱۱- گردش مثبت
۹۰ درجه به طرف راست، باروسان پای چپ عقب، پُک دور راست- ۱۲- بالکوب چپ- ۱۳- نشست زیر ضربه-
۱۴- دوربالکوب راست- ۱۵- بالکوب چپ- ۱۶- ورپیکوب چپ (ضربه با پاشنه از پهلو با پای چپ به جلو)-
۱۷- باروسان پای چپ جلو، پُک دور چپ- ۱۸- بالکوب راست- ۱۹- نشست زیر ضربه- ۲۰- دوربالکوب چپ-
۲۱- بالکوب راست- ۲۲- ورپیکوب راست (ضربه با پاشنه از پهلو با پای راست به طرف جلو)- ۲۳- باروسان پای
راست جلو، پُک دور راست- ۲۴- بالکوب چپ- ۲۵- هل پی تیغ راست (ضربه با پاشنه از پشت راست (بطرف
ساعت ۹))- ۲۶- پای راست مجدداً به استقرار برگشته (باروسان)، پُک دور چپ- ۲۷- بالکوب راست-
۲۸- پی دور چپ (ضربه چرخشی با پاشنه پای چپ(بطرف ساعت ۹))- ۲۹- پای چپ جمع شده رو به ساعت ۹
(باروسان)، پُک دور- ۳۰- بالکوب راست- ۳۱- ورپی رو راست (ضربه روی پای راست از پهلو بالا) (بطرف ساعت
۹))- ۳۲- گردش منفی ۱۸۰ درجه ، باروسان پای راست عقب، پُک دور چپ- ۳۳- بالکوب راست- ۳۴- هل پی
تیغ چپ (ضربه پاشنه پای چپ پشت)- ۳۵- پای چپ مجدداً به باروسان برگشته، پُک دور راست- ۳۶- بالکوب
چپ- ۳۷- پی دور راست (ضربه چرخشی دورانی با پاشنه پای راست به سمت پشت)- ۳۸- باروسان پای راست
جلو، پُک دور راست- ۳۹- بالکوب چپ- ۴۰- ورپی رو چپ (ضربه روی پا چپ از پهلو به طرف جلو بالا)-
۴۱- پا جمع گردش مثبت ۹۰ درجه بدن از راست (بطرف ۱۲)، باروسان پای چپ جلو، بالکوب چپ-
۴۲- فربالکوب راست- ۴۳- دوربالکوب راست- ۴۴- دوربالکوب چپ- ۴۵- ورپیکوب چپ (پای جلویی) به طرف
جلو بالا- ۴۶- پای چپ جمع شده درعقب و به حالت باروسان، بالکوب راست- ۴۷- فربالکوب چپ- ۴۸-
دوربالکوب چپ- ۴۹- دوربالکوب راست- ۵۰- ورپیکوب راست (پای جلویی) به طرف جلو - قیام