



A seguire, la nomenclatura delle tecniche di Kali, inoltre un paio di video per dare un'idea più precisa di questa fantastica disciplina.

{flv}dan{/flv}

{flv}kali1{/flv}

{flv}kali2{/flv}

Il Kali e' conosciuto in zone diverse con nomi diversi: Kali, Arnis de Mano, Escrima, sono i piu' utilizzati. Come si puo' notare gli ultimi due risentono palesemente dell'influenza spagnola. I termini maggiormente usati sono:

- Olisi, ovvero bastone singolo
- Doppio olisi, ovvero doppio bastone
- Cincos tiros, ovvero i cinque angoli d'attacco
- Redondo, famiglia di colpi dal movimento e traiettoria circolari
- Abanico, famiglia di colpi cosiddetti "a ventaglio"
- Paiong, letteralmente "ombrello", movimento a tettoia eseguito col bastone su takuni attacchi o esercizi
- Sinawalli, esercizi con il doppio olisi, che puo' essere effettuato dalla posizione "abierta", "crossada", "serrada" (aperta, incrociata, serrata).
- Panatukan, ovvero la boxe filippina
- Sikaran, ovvero l'arte di calciare
- Dumog, l'arte della lotta e delle leve articolari
- Cambiada, ovvero il "trasporto" nelle arti marziali occidentali
- Hubud Lubud, o anche "Cadena de Mano", esercizi di sensibilita' tipici del Kali filippino

- Sombrada, esercizi ciclici di parata e risposta, una sorta di forma a coppie
- Sayao, l'equivalente di un kata
- Estocado, uno stile di Kali con un sofisticato lavoro di punta
- Larga Mano, stile di Kali specializzato appunto nella lunga distanza
- Lanada, stile di Kali divulgato in Italia da Matagay
- Lameco, ovvero LArgoMEdioCOrto, sintesi di diversi stili
- Sistema numerado, insieme di stili che adotta la numerazione degli angoli come metodo didattico
- De cuerdas, sistema di allenamento filippino basato sull'utilizzo di corde