**Muay Thai Teknik Terimleri**

**A) Yumruk (PUNCH) - Teknik İsimleri:**

|  |  |
| --- | --- |
| Matt Naa Dhrong | (Direk Yumruk) |
| Maat Suey | ( Aparkat) |
| Matt Lang Dhrong | ( Kroşe) |

**B) Dirsek (ELBOW) Teknik İsimleri :**

|  |  |
| --- | --- |
| Sok Tee | ( Yatay Kesen Dirsek) |
| Sawk Wiang | ( Dairesel dirsek) |
| Sawk At | ( İç alttan yukarı dirsek) |
| Hanuman Sawk | ( Alttan yukarı çift dirsek ) |
| Sawk Glab | ( Döner dirsek) |
| Sawk Tad | ( Düz Öne Dirsek) |
| Gra-Doge Sawk | ( Sıçrayarak Havada Dirsek) |
| Sawkngad | ( Aparkat Dirsek) |
| Sawk Dhab | ( Orta Seviye Yatay Dirsek) |

**C)Tekme (KICK) Teknik İsimleri:**

|  |  |
| --- | --- |
| Teep Dhrong / Teep Dhob | ( Ön Orta ve Yukarı Düz Tekme ) |
| Tae Kod | ( Aşağı Seviye Tekme) |
| Tae Glaang | ( Orta Seviye Tekme) |
| Tae Tud  | ( Yüksek Seviye Tekme) |
| Tae Glab Lang / Jerakhae Faad Hang  | ( Yukarı Seviye Döner Tekme) |

 **D)** **Diz ( KNEE) Teknik İsimleri:**

|  |  |
| --- | --- |
| Kao Youwn / Kao Dhrong | ( Düz diz)  |
| Kao Loy | ( Uçar diz) |
| Kao Lud | ( Alçak seviye diz ) |
| Ka Wiang | ( Dairesel diz) |
| Kao Dhob / Kao Chiang | ( Yan Diz – Çapraz Diz) |
| Djab-Ko | ( Clinch – Ayakta Boyun Güreşi) |
| Kao Loy – Kao Tone | ( Sıçrayarak Düz Diz) |