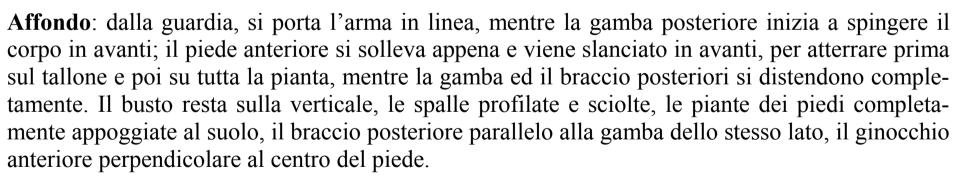
## AFFONDO E RITORNO IN GUARDIA









**Ritorno in guardia**: dall'affondo, si torna in guardia all'indietro piegando con decisione la gamba posteriore e contemporaneamente spingendo con quella anteriore, mentre il braccio di dietro si flette. Si torna in guardia in avanti, invece, piegando e richiamando in avanti la gamba di dietro, e flettendo il braccio di dietro. Tornando in guardia, si può flettere anche il braccio armato, o restare con l'arma in linea.