



QWAN KI DO



THAN PHAP – deplasări

- Toate tehnicile trebuie cunoscute pe ambele părți, la gradul unde sunt trecute.

1 CÂP albastru

- XA HANH - deplasarea șarpelui
- DAO THAN - deplasarea în " U " sau eschiva corpului
- DI ANH - inversarea imaginii sau transferul bustului
- SAU QUAY - întoarcere prin mutarea piciorului din spate simetric în spate
- QUAY - întoarcere retrăgând piciorul din față
- DOI BO - întoarcere la 90° (pe înaintare)
- THOI THAN - retragerea bustului (întoarcere la 180°)
- DI THAN - rotația bustului sau deplasare alunecătoare
- CHUYEN THAN - deplasarea bețișului sau deplasarea corpului
- THIEM THU QUA HAI - broasca ce trece marea

2 CÂP albastru

- PHI TAU MA - galopul calului
- PHI DANG THANG THIEN - săritura cu picioarele apropiate
- HOANH THAN - pivotarea bustului la 180° (THOI TAN prin săritură)

3 CÂP albastru

- HOANH VAN - vârtejul norilor - întoarcere sărită la 360°
- cunoașterea denumirilor și a semnificațiilor

4 CÂP albastru

- scrierea denumirilor

Centura Neagră

- aplicații