

PROGRAMME PASSAGE DE GRADES



1^{er} CẤP : (6 mois de pratique minimum)

1^{ère} partie Lục Thập Tự Huyền Công
1^{ère} partie des 64 mouvements

tấn Pháp

Positions de base

Song Luyện : attaques, défenses, projections et saisies

Travail 2x2 préparé

Questions diverses

2^{ème} CẤP :

2 parties Lục Thập Tự Huyền Công
2 parties des 64 mouvements

1^{ère} partie Tiểu Hồng Quyền

1^{ère} partie du Petit Hồng Quyền

1^{ère} porte Tề mi hồng quyền tứ đoạn côn

1^{ère} porte forme du bâton long

2 portes Lục Bộ Liên Hoàn Cước

2 portes de la forme des coups de pieds

Song Luyện

Travail 2x2 non préparé

Questions philosophiques

3^{ème} CẤP :

3 parties Lục Thập Tự Huyền Công
3 parties des 64 mouvements

Tiểu Hồng Quyền

Petit Hồng Quyền (en entier)

2 portes Tề mi hồng quyền tứ đoạn côn

2 portes de la forme du bâton long

4 portes Lục Bộ Liên Hoàn Cước

4 portes de la forme des coups de pieds

Song Luyện

Travail 2x2 non préparé

Cầm Nã Thủ

L'art des Mains Collantes

Questions diverses

Questions Philosophiques

4^{ème} CẤP :

4 parties Lục Thập Tự Huyền Công
4 parties des 64 mouvements

Tiểu Hồ Quyền

L'Art du Petit Tigre

3 portes Tề mi hồng quyền tứ đoạn côn

3 portes de la forme du bâton long

Lục Bộ Liên Hoàn Cước

Forme des coups de pieds (entière)

Song Luyện

Travail 2x2 non préparé

Cầm Nã Thủ

L'art des Mains Collantes (combat)

Tam bảo đại lục Đao

Forme de sabre des trois trésors

Mộc Nhân

Mannequin de bois

Questions techniques