

Programme passage de grade Kung-fu Echallens

Techniques/Taos	Blanche	jaune	rouge	Rouge avec une barrette noire	Ceinture rouge avec deux barrettes	Ceinture marron	noire
tao : positions de base en carré	X	X	X	X	x	x	X
Tao : Wu bu Quan	X	X	X	X	x	x	X
Série de blocages	blocage en cavalier	série des trois blocages	blocages sur attaque réelle				
Chin Na (clés de bras)	5	5	5	5	programme Apkido	programme Apkido	Programme Apkido
Coups de pieds jambes tendus	X	X	X	X	x	x	X
Coups de pieds jambes pliées		X	X	X	x	x	X
Coups de pieds sautés					x	x	X
Roulades et chutes (enfants)		X	X	X	x	x	X
les 18 Ji Ben Gong de Shaolin (techniques de combat)		3	9	12	18	18	18
Tao des 5 animaux Shaolin avec application combat	x (enfants)	X (adultes)	X	X	x	x	X
Tao des 7 animaux avec application combat					x	x	X
Tao Shaolin de Maître Wang Zing Zhong (facultatif)							X
Tao : san duan Chang Quan, Tao académique				X	x	x	X
Tao du temple :Tong bei Quan				x	x	x	x
Tao du temple: Shaolin Pao Quan (boxe des poings canons)					x	x	x
Tao du temple: Xiao hong Quan							x
Armes							
Bâton			Shaolin du Nord (Yin shu gun)	Shaolin du Sud (Choy lee foot)			
sabre							Au Choix
nunchaku							Au Choix