



# PROGRAMA EXAMENES DE FAJA O CINTO NEGRO 1º DUAN DE WU-SHU/KUNG-FU

## II BEN GONG (TECNICAS DE BASE DEL ESTILO U ESTILOS QUE PRESENTE)

### 1. SIMPLES

- MANO (Mano abierta, dedos, puños, etc.)
- BRAZOS
- PIERNA

- - MINIMO 5 TECNICAS DE CADA MÉTODO - -

### 2. COMBINADAS

DICHAS TECNICAS SERAN CADENAS EN MOVIMIENTO CON SENTIDO Y APLICACIÓN

- LUXACIONES, AGARRES Y PROYECCIONES (CHIN-NA)
- MINIMO 3 TECNICAS
- BARRIDOS-PROYECCIONES

- - MINIMO 3 TECNICAS DE CADA MÉTODO - -

### 3. TAOLU (FORMAS DE MANO VACIA)

- 1 BASICA
- 2 SUPERIORES

### 4. TAO SHU (FORMAS DE ARMAS)

- 1 ARMA CORTA
- 1 ARMA LARGA

### 5. COMBATE TECNICO (2 MINUTOS)

### 6. TEORIA: PROPIA DEL ESTILO U ESTILOS QUE PRESENTA



## PROGRAMA EXAMENES DE FAJA O CINTO NEGRO 2º DUAN DE WU-SHU/KUNG-FU

### 1. JI BEN GONG (MANO VACIA)

- TECNICAS COMBINADAS EN MOVIMIENTO

### 2. JI BEN GONG (ARMAS)

#### TECNICAS COMBINADAS

- ARMA CORTA
- ARMA LARGA

### 3. TAOLU (FORMA DE MANO VACIA)

- 3-FORMAS SUPERIORES

### 4. TAOSHU(FORMAS DE ARMAS)

- 3-FORMAS (PUDIENDO SER 2 LARGAS Y 1-CORTA O A LA INVERSA)

### 5. APLICACIONES

- AGARRES
- LUXACIONES
- PROYECCIONES
- BARRIDOS

MINIMO 3 APLICACIONES POR TECNICA

### 6. COMBATE TECNICO

- 2-COMBATES DE 1 MINUTO



# PROGRAMA EXAMENES DE FAJA O CINTO NEGRO 3º DUAN DE WU-SHU/KUNG-FU

## ESTILO EXTERNO

### 1. JI BEN GONG (MANO VACIA)

- TECNICAS COMBINADAS EN MOVIMIENTO

### 2. JI BEN GONG (ARMAS)

#### TECNICAS COMBINADAS

- -ARMA CORTA
- -ARMA LARGA

### 3. TAO LU (MANO VACIA)

- 1-SUPERIOR
- 1-SUPERIOR DE CHI KUNG

### 4. TAO SHU (ARMAS)

- 2-CORTAS
- 2-LARGAS

### 5. APLICACIONES

- AGARRES
- LUXACIONES
- PROYECCIONES
- BARRIDOS



## APLICACIONES DE LAS FORMAS PRESENTADAS

- MANO VACIA
- ARMAS

## ESTILO INTERNO

- TAIJI, XIN YI, BAGUA, BAJI, ECT

## JI BEN GONG (MANO VACIA)

### 2 FORMAS DE MANO VACIA

# PROGRAMA EXAMENES DE FAJA O CINTO NEGRO 4º DUAN DE WU-SHU/KUNG-FU

## ESTILO EXTERNO

### 1. JI BEN GONG MANO VACIA

### 2. JI BEN GONG DE ARMAS

### 3. TAOLU

- 1-FORMA DE MANO VACIA SUPERIOR
- 1-FORMA DE MANO DE CHI-KUNG
- 1-FORMA DE ARMA CORTA
- 1-FORMA DE ARMA LARGA
- -APLICACIONES DE LAS FORMAS DE MANO
- -APLICACIONES DE LAS FORMAS DE ARMAS

## ESTILO INTERNO



- JI BEN GONG DE MANO
- JI BEN GONG DE ARMAS

#### TAO LU

- 2- FORMAS DE MANO VACIA
- 1- FORMA DE ARMA

-TRABAJOS DE PAREJA

-APLICACIONES