

RÉCAPITULATIF

U.V 1 Tao Lu ENCHAÎNEMENTS	U.V 2 Frappes et Techniques de combats GONG FANG	U.V3 SANSHOU ASSAUTS CONTROLES	U.V4 ENTRETIEN
<p style="text-align: center;">Siu Nim Tao (.../70)</p> <p style="text-align: center;">Tao Mains nues (.../70)</p> <p style="text-align: center;">Tao arme Avec arme courte ou longue (.../70)</p>	<p style="text-align: center;">Gong Fang 1'30'' de Techniques de défenses par rapport à deux coups de poings directs (.../80)</p> <p style="text-align: center;">1'30'' de Techniques de défenses par rapport à une attaque de pied diverses (.../80)</p> <p style="text-align: center;">1' de Techniques de défenses par rapport à une attaque couteau (.../40)</p> <p style="text-align: center;">1' de Techniques de défenses avec un bâton court (.../40)</p> <p style="text-align: center;">(Frappes diverses, corps à corps, sol, ...)</p>	<p style="text-align: center;">Combat</p> <p style="text-align: center;">1 combat dans 4 m² de 1' (.../60)</p> <p style="text-align: center;">1 combat libre de 1' à 1 contre 2 adversaires (.../60)</p> <p style="text-align: center;">1 combat de 1' à 2 contre 2 (.../60) (Contrôle obligatoire)</p> <p style="text-align: center;">- Richesse des savoirs (diversité technique) Précision et contrôle</p>	<p style="text-align: center;">Entretien portant sur l'écrit du candidat, de sa filiation martiale ainsi que de sa prestation effectuée.</p>
<p style="text-align: center;">Fang Fa Explication martiale</p> <p style="text-align: center;">Séquence de 3 à 5 mouvements</p> <p>1 séquence sur Siu Nim Tao (.../40)</p> <p>1 séquence sur le Tao main nues ou arme (.../40)</p>	<p style="text-align: center;">Frappes sur patte d'ours</p> <p>2 minutes de frappes de poings et pieds diverses en se déplaçant (.../80)</p> <p>Frappes puissantes, précises, rapides et efficaces.</p>		
U.V Validée si : 145/290	U.V Validée si : 160/320	U.V Validée si : 90/180	U.V Validée si : 25/50
<p>ATTESTATION TECHNIQUE DE NIVEAU 3 VALIDÉE SI LES 4 UV SONT ACQUISES</p>			