

VU KHI DAO

LA VIA DELLE ARMI ANTICHE

Vu Khi Dai	Armi lunghe
Vu Khi Co Truyen	Armi Tradizionali
Vu Khi Quan Doi	Armi Nobili

ARMI LUNGHE

1. TE MI COM	Bastone altezza occhi	Ha cap
2. DAI DAO	Alabarda	Trung Cap
3. TRUNG CON	Bastone medio	Troung Cap
4. THUONG KICH	Lancia Unicata	1° Dang
5. SONG DAI DAO	Doppia Alabarda	2° Dang
6. DINH BA	Tridente	3° Dang
7. THUONG	Lancia Flessibile	4° Dang
8. SONG THUONG	Doppia lancia	5° Dang
9. SA MAU	Lancia da serpente	6° Dang

VU KHI DAO

Programma d'esame di TE MI CON - Bastone altezza occhi

Livello Base

- 1° Ha Cap** 6 maneggi semplici.
5 tecniche d'attacco (punta).
4 tecniche di parata (orizzontali).
- 2° Ha Cap** 6 maneggi a 180°.
5 tecniche d'attacco (coda).
4 tecniche di parata (verticali).
- 3° Ha Cap** 6 maneggi a 360°.
½ forma TE MI CON QUYEN.
5 tecniche d'attacco (punta + punta).
4 tecniche di parata a 45°.
- 4° Ha Cap** 6 maneggi avvitati.
5 tecniche d'attacco (punta + coda).
4 tecniche di parata (punta + coda).
- 5° Ha Cap** 6 maneggi avvitati a 180°.
5 tecniche d'attacco (punta + punta in ginocchio).
4 tecniche di parata avvitate.
- 6° Ha Cap** 6 maneggi avvitati a 360°.
Forma completa TE MI CON QUYEN.
5 tecniche d'attacco (punta + coda in ginocchio).
4 tecniche di parata (orizzontali in ginocchio).
- 7° Ha Cap** 6 maneggi con rotazione polsi.
5 tecniche d'attacco (punta opposta + punta).
4 tecniche di parata (verticali in ginocchio).
- 8° Ha Cap** 6 maneggi con rotazione polsi a 180°.
5 tecniche d'attacco (punta opposta + coda).
4 tecniche di parata a 45° in ginocchio.
- 9° Ha Cap** 6 maneggi con rotazione polsi a 360°.
Studio dell'applicazione della forma TE MI CON QUYEN.
5 tecniche d'attacco (punta opposta + punta in ginocchio).
4 tecniche di parata (punta + coda in ginocchio).
- 10° Ha Cap** 6 maneggi con rotazione polsi in rotazione.
5 tecniche d'attacco (punta opposta + coda in ginocchio).
4 tecniche di parata avvitate in ginocchio.
Tecniche di rottura con TE MI CON.

VU KHI DAO

Programma d'esame di DAI DAO - Alabarda

Livello Medio

- 1° Trung Cap** 6 maneggi semplici in movimento.
5 tecniche d'attacco (studio del taglio anteriore).
4 tecniche di parata (doppiate).
- 2° Trung Cap** 6 maneggi a 180° in movimento.
5 tecniche d'attacco (studio del taglio posteriore).
4 tecniche di parata (doppiate).
- 3° Trung Cap** 6 maneggi a 360° in movimento.
½ forma DAI DAO QUYEN.
5 tecniche d'attacco (triplate).
4 tecniche di parata (doppiate).
- 4° Trung Cap** 6 maneggi avvitati in movimento.
5 tecniche d'attacco (triplate).
4 tecniche di parata (doppiate).
- 5° Trung Cap** 6 maneggi avvitati a 180° in movimento.
5 tecniche d'attacco (triplate).
4 tecniche di parata (doppiate).
- 6° Trung Cap** 6 maneggi avvitati a 360° in movimento.
Forma completa DAI DAO QUYEN.
5 tecniche d'attacco (triplate).
4 tecniche di parata (doppiate).
- 7° Trung Cap** 6 maneggi con rotazione polsi in movimento.
5 tecniche d'attacco (triplate).
4 tecniche di parata (doppiate).
- 8° Trung Cap** 6 maneggi con rotazione polsi a 180° in movimento.
5 tecniche d'attacco (triplate).
4 tecniche di parata (doppiate).
- 9° Trung Cap** 6 maneggi con rotazione polsi a 360° in movimento.
Studio dell'applicazione della forma DAI DAO QUYEN.
5 tecniche d'attacco (triplate).
4 tecniche di parata (doppiate).
- 10° Trung Cap** Maneggi istintivi 4 direzioni.
5 tecniche d'attacco (triplate).
4 tecniche di parata (doppiate).
Tecnica di taglio con DAI DAO.

VU KHI DAO

Programma d'esame di **TRUNG CON** – Bastone medio

Livello Superiori

- 1° Truong Cap** 5 tecniche d'attacco di punta (studio del Trung Con).
4 Tecniche di parata con contrattacco (continue).
5 tecniche d'attacco con calci (1-5 G.D.).
- 2° Truong Cap** 5 tecniche d'attacco di coda (studio del Trung Con).
4 Tecniche di parata con contrattacco(continue)..
5 tecniche d'attacco con calci (1-5 G.A.).
- 3° Truong Cap** 5 tecniche d'attacco (punta + punta).
½ forma TRUNG CON QUYEN.
4 Tecniche di parata con contrattacco(continue).
5 tecniche d'attacco con calci volanti(1-5 G.D.).
- 4° Truong Cap** 5 tecniche d'attacco (punta + coda).
4 Tecniche di parata con contrattacco(continue).
5 tecniche d'attacco con calci volanti(1-5 G.A.).
- 5° Trung Cap** 5 tecniche d'attacco (guardia opposta, punta + punta).
4 tecniche di parata con contrattacco (continue).
5 tecniche di caduta (livello base).
- 6° Truong Cap** 5 tecniche d'attacco (guardia opposta, punta + coda).
Forma completa TRUNG CON QUYEN.
4 Tecniche di parata con contrattacco (continue).
5 tecniche di calcio (6-10 G.D.).
- 7° Truong Cap** 5 tecniche d'attacco (punta + punta avvitato).
4 Tecniche di parata con contrattacco (continue).
5 tecniche di calcio (6-10 G.A.).
- 8° Truong Cap** 5 tecniche d'attacco (punta + coda avvitato).
4 Tecniche di parata con contrattacco (continue).
5 tecniche di calcio volante (6-10 G.D.).
- 9° Truong Cap** 5 tecniche d'attacco (guardia opposta, punta + punta avvitato).
Studio dell'applicazione della forma TRUNG CON QUYEN.
4 Tecniche di parata con contrattacco (continue).
5 tecniche di calcio volante (6-10 G.A.).
- 10° Truong Cap** 5 tecniche d'attacco (guardia opposta, punta + coda avvitato).
Tecniche di parata con contrattacco (continue).
5 tecniche di caduta (livello medio).
Rottura di tavole o tegole con arma lunga.