

CONTEÚDOS PARA QUALIFICAÇÃO DO SÉTIMO NÍVEL

(Di Qi Ji, 第七級)

I * Formas de Combate – Sabre (Cinco Rotinas) (Jian Dan Dao Fa Dui Lian, 簡單刀法對練)

Neste teste, o aluno deve procurar um parceiro que também tenha aprendido a manejar o sabre e criar cinco rotinas combinadas. Naturalmente todas as técnicas combinadas que forem criadas devem seguir a teoria defensiva e ofensiva do sabre.

II * Sequência das Sete Estrelas (Qi Xing, 七星) Forma de Punho – Grou Branco

Qi Xing (Sete Estrelas) é a primeira forma de punho no estilo Grou Branco. Qi Xing é uma sequência curta, no entanto, ensina ao aluno os três primeiros Jins (勁) básicos que um aluno do estilo Grou Branco deve dominar.

III * Sequência dos Três Modos de Correr (San Lu Pao, 三路跑袍) Forma de Punho – Punho Longo

San Lu Pao significa “Três Modos de Correr”. É uma forma avançada de Punho Longo que treina a velocidade, o enraizamento e o Jin. Para passar esta sequência o aluno deve ter treinado o senso do inimigo, elemento necessário para trazer realidade a estas técnicas.

IV * Sabre Bagua (Bagua Dao, 八卦刀) Forma de Sabre – Punho Longo

Bagua Dao significa “Sabre dos Oito Trigramas” e a sua origem está no estilo Baguazhang (八卦掌). É considerada uma sequência avançada de sabre no Punho Longo e conduz o aluno para um nível mais elevado na prática do sabre tradicional.

V * Punho Contra Sabre (Kong Shou Dui Dan Dao, 空手對單刀) Forma de Dois Homens Armas – Punho Longo e Grou Branco

Nesta fase, o aluno já terá aprendido técnicas suficientes de sabre e de punho para criar uma forma combinada de punho contra sabre. Trabalhando em equipa com o seu parceiro, esta sequência permitirá ao aluno analisar as técnicas e juntá-las numa forma que resulte.

Todos os itens marcados com * devem ser testados com sucesso, antes do aluno poder transitar para o nível seguinte.

