

## CONTEÚDOS PARA QUALIFICAÇÃO DO NONO NÍVEL

(Di Jiu Ji, 第九級)

### I \* Sequência de Punho Cha (Cha Quan, 四路查拳) Forma de Punho – Punho Longo

Cha Quan é originária da família Cha (查家) e ensinado mais tarde no Punho Longo. Cha Quan é um dos quatro estilos mais famosos do Punho Longo. Estes são Cha (查), Hua (華), Hong (紅) e Pao (炮). Cha Quan é uma forma avançada de Punho Longo. Se o aluno conseguir dominar esta sequência com o senso do inimigo, será então capaz de chegar a um nível de combate avançado na longa distância.

### II \* Sequência de Abanar o Tambor (Yao Gu, 搖鼓) Forma de Punho – Garra Tigre e Grou Branco

Yao Gu (Abanar o Tambor) é uma forma de Punho Taizu (Taizuquan, 太祖拳) que foi criada com base no estilo Garra Tigre (Hu Zhao, 虎爪) e Grou Branco (Bai He, 白鶴). Foi criada especialmente para treinar um Buda gordo e feliz. Toda a sequência dá ênfase ao treino do Jin curto. É considerada uma forma de nível médio no Grou Branco.

### III \* Espada de Kun Wu (Kun Wu Jian, 崑吾劍) Forma de Espada – Punho Longo

Kun Wu é o nome de uma montanha em Shandong onde esta sequência teve provavelmente a sua origem. Kun Wu Jian é a segunda forma de espada treinada na YMAA. Ensina aos alunos como usar a espada a um nível médio.

### IV \* Bastão Contra Sabre (Gun Dui Dan Dao, 棍對單刀) Forma de Dois Homens Armas – Punho Longo e Grou Branco

Neste período o aluno deve também criar uma sequência combinada de bastão contra sabre. Cada técnica deve fazer sentido. Criar uma sequência ajuda o aluno a analisar mais detalhadamente as técnicas do bastão e as do sabre, e aumenta a profundidade da compreensão sobre ambas as armas.

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

