



# Exameneisen niveau 2e t/m 8e graad

## 1e graad

- ★ Beginnersniveau

## 2e graad

- ★ Groet
- ★ Lien Bu Quan (6 basisstanden)
- ★ 6 basistrappen
- ★ Lien Sau (open handbloks basis)
- ★ Zelfverdediging (1-5)
- ★ Qin Na (1+2)
- ★ Duan Gun - korte stok (technieken)
- ★ Hû Bu Quan - Tijger (6 standen)
- ★ Lien Tao Quan - De Weg vd Beginner

## 3e graad

- ★ Standen vd Vuist (8 stuks)
- ★ Zelfverdediging (6-10)
- ★ Qin Na (3+4)
- ★ Mes (1+2)
- ★ Voetsparringen (5 stuks)
- ★ Shé Bu Quan - Slang (6 standen)
- ★ Duan Gun Quan (15 standen)
- ★ Lien Tao Quan - De Weg vd Beginner
- ★ Breektechniek (hand)

## 4e graad

- ★ Zelfverdediging (11-15)
- ★ Qin Na (5+6)
- ★ Mes (3+4)
- ★ Sprongtrappen
- ★ San Shou (semicontact)
- ★ Hao Bu Quan - Kraanvogel (6 standen)
- ★ Gun - lange stok (technieken)
- ★ Gung Bu Quan - Boogstandvorm
- ★ Breektechniek (voet)

## 5e graad

- ★ Zelfverdediging (16-20)
- ★ Qin Na (7+8)
- ★ Mes (5+6)
- ★ San Shou (klassiek)
- ★ Bao Bu Quan - Luipaard (6 standen)
- ★ Jian Quan - Spiegelvorm
- ★ Nuk Sau Mo Hay (deel 1)
- ★ Xie Li Gun Quan (15 standen)
- ★ Breektechniek (sprongtrap)

## 6e graad

- ★ Zelfverdediging (21-25)
- ★ Qin Na (9+10)
- ★ Mes (7+8)
- ★ 5 eigen handtechnieken
- ★ 5 eigen voettechnieken
- ★ Groundboxing
- ★ Nuk Sau Mo Hay (deel 2)
- ★ Lóng Bu Quan - Draak (6 standen)
- ★ She Hao Quan - Slang Kraanvogel
- ★ Jian Quan - Recht zwaard
- ★ Breektechniek (twee aaneen)

## 7e graad

- ★ Zelfverdediging (26-30)
- ★ Qin Na (11+12)
- ★ Feng Shou Quan - Hand vd Wind
- ★ Lei Quan - Dondervorm
- ★ Eigen handvorm
- ★ Wapenvorm (eigen keuze)
- ★ Breektechniek (incassatie)

## 8e graad

- ★ Shan Quan technieken (1-10)
- ★ Nggo Mee Quan - Bergstijl
- ★ Technieken in toepassing
- ★ Kung Fu theorie
- ★ Examen in traditionele vorm