

Cordão amarelo

Gelber Gürtel – 3. Grad Erwachsene

Bewegungen

Angriff

Meia lua de compasso
Martelo de estalo
Chapa

Ausweichen

Arriete
Negativa de solo
Queda de quatro
Cocorinha

Beinfeger

Corta capim
Alavanca

Akrobatik

Aú compasso
Aú 1 mão
S-dobrado

Cordão amarelo ponta azul

Gelber Gürtel mit blauer Spitze – 4. Grad Erwachsene

Berimbau

Angola, São Bento Grande & São Bento Pequeno

Sequenzen

Sequenz Nr. 1

Meia lua de compasso / alavanca / negativa #
s-dobrado # queixada / negativa de solo /
corta capim

Sequenz Nr. 2

Armada / esquiva atrás / meia lua de frente /
arriete (pulando) / rolê # meia lua de compasso (2 mãos) /
cocorinha # martelo de giro

Richtungswechsel