

# Programme des grades **ADOLESCENTS** en **KUNGFU WUTAO**

– de 16 ans

<b>CEINTURES</b>	<b>TECHNIQUES DE BASE</b>	<b>TAOS</b>	<b>DÉFENSES DES TAOS</b>	<b>DÉFENSES SUR SAISIES</b>	<b>COMBAT</b>	<b>THÉORIE</b>
<b>Marron</b>	—	1 <sup>er</sup> tao : Bát môn quyền, 18 mouvements 2 <sup>e</sup> tao : Hành tinh quyền 3 <sup>e</sup> tao : Au choix 4 <sup>e</sup> tao : Tao libre, 40 mouvements (mini)	12 défenses sur attaques	Tao des saisies <i>15 défenses à deux</i>	Combat souple contre deux	Questions
<b>Bleue</b>	—	1 <sup>er</sup> tao : Vuông quyền, 21 mouvements 2 <sup>e</sup> tao : Hành tinh quyền, 40 mouvements 3 <sup>e</sup> tao : Tao libre, 32 mouvements (mini)	10 défenses sur attaques	Tao des saisies <i>10 défenses à deux</i>	Combat souple	Questions
<b>Verte</b>	Postures, frappes et déplacements complexes	1 <sup>er</sup> tao : Vuông quyền, 12 mouvements 2 <sup>e</sup> tao : Hành tinh quyền, 40 mouvements 3 <sup>e</sup> tao : Tao libre, 24 mouvements (mini)	7 défenses sur attaques	7 défenses	Combat technique	Questions
<b>Orange</b>	Postures, frappes et déplacements de base	1 <sup>er</sup> tao : Nhất quyền, 18 mouvements 2 <sup>e</sup> tao : Hành tinh quyền, 26 mouvements 3 <sup>e</sup> tao : Tao libre, 18 mouvements (mini)	5 défenses sur attaques	5 défenses	—	Questions
<b>Jaune</b>	Postures, frappes et déplacements de base	1 <sup>er</sup> tao : Nhất quyền, 9 mouvements 2 <sup>e</sup> tao : Hành tinh quyền, 12 mouvements 3 <sup>e</sup> tao : Tao libre, 12 mouvements (mini)	3 défenses sur attaques	3 défenses	—	Question