



QWAN KI DO



CONG THU PHAN BIEN – înlănțuiri de tehnici de blocaj, braț, picior

1 CÂP albastru

1. BAN HA HOANH CONG
2. LOI CONG HA QUYEN
3. THOI SON KIM BAO
4. PHUONG DUC BAT HO

2 CÂP albastru

5. CUONG DAO KHAI VI
6. THOI SON THUONG THUAN
7. THAN THONG THUONG QUYEN
8. GIAO LONG KHAC QUYEN
9. THOI SON THUY DE

3 CÂP albastru

10. SU TU PHAN QUYEN
11. DAO HAI KHAI VI
12. AM DUONG GIANG CHUY

4 CÂP albastru

13. XA HANH NHUYEN QUYEN
14. HAU NHI BAT QUYEN

CENTURA NEAGRA

15. THUONG LONG TRAO
16. GIANG LONG TRAO

Observatie:

- la 2, 4, 9, 11, 14, intoarcerea este mare