



Exameneisen niveau 2e t/m 8e graad - versie 2.0

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) - Grijp
- ★ Duan Gùn - korte stok (technieken)
- ★ Hǔ 虎 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) - Stoot
- ★ Mes (1+2)
- ★ Voetsparringen (5 stuks)
- ★ Hè 鹤 Quan (Kraanvogel - 6 standen)
- ★ Duan Gùn Quan (10 standen)
- ★ Lien Tao Quan - De Weg vd Beginner
- ★ Hǔ 虎 Quan (Tijger - helemaal)
- ★ Breektechniek (hand)

4e graad

- ★ Zelfverdediging (11-15)
- ★ Qin Na (5+6) - Blok
- ★ Mes (3+4)
- ★ Sprongtrappen
- ★ San Shou (semicontact)
- ★ Shé 蛇 Quan (Slang - 6 standen)
- ★ Gùn 棍 - lange stok (technieken)
- ★ Gung Bu Quan - Boogstandvorm
- ★ Hè 鹤 Quan (Kraanvogel - helemaal)
- ★ Breektechniek (voet)

5e graad

- ★ Zelfverdediging (16-20)
- ★ Qin Na (7+8) - Open hand
- ★ Mes (5+6)
- ★ San Shou (klassiek)
- ★ Bào 豹 Quan (Luipaard - 6 standen)
- ★ Jian Quan - Spiegelvorm
- ★ Nuk Sau Mo Hay (deel 1)
- ★ XiéLì Gùn 协力棍 Quan (10 standen)
- ★ Shé 蛇 Quan (Slang - helemaal)
- ★ Breektechniek (sprongtrap)

6e graad

- ★ Zelfverdediging (21-25)
- ★ Qin Na (9+10) - Offensief
- ★ Mes (7+8)
- ★ 5 eigen handtechnieken
- ★ 5 eigen voettechnieken
- ★ Groundboxing
- ★ Nuk Sau Mo Hay (deel 2)
- ★ Lóng 龙 Quan (Draak - 6 standen)
- ★ Shé Hè Quan - Slang Kraanvogel
- ★ Jiàn 剑 Quan - Recht zwaard
- ★ Bào 豹 Quan (Luipaard - helemaal)
- ★ Breektechniek (twee aaneen)

7e graad

- ★ Zelfverdediging (26-30)
- ★ Qin Na (vrije toepassing)
- ★ Feng Shou Quan - Hand vd Wind
- ★ Lei Quan - Dondervorm
- ★ Eigen handvorm
- ★ Lóng 龙 Quan (Draak - helemaal)
- ★ 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