



QWAN KI DO



THU PHAP – lovituri de braț

- Toate tehnicile trebuie cunoscute pe ambele părți, la gradul unde sunt trecute.

1 CÂP albastru

- THOI SON - greutatea care împinge muntele
- DI SON - transferul greutății care împinge muntele
- BAT SON - pumnul care răstoarnă muntele
- AM DUONG QUYEN - reversul pumnului în polaritate (negativ, pozitiv)
- AM DUONG TA CHI - dezdoirea, apoi lăsarea (relaxarea) unei ramuri de copac
- DAO SON - pumnul care trece peste munte
- AM DUONG HA TRIET - puternica lovitură jos în polaritate (negativ, pozitiv)
- PHACH KHONG TA CHI - biciuirea cu o ramură de copac
- THOI SON BAN HA - greutatea care împinge muntele, zdrobindu-se la bază

2 CÂP albastru

- THOI SON UNG TRAO - gheara vulturului care urcă
- THOI SON HOANH CHI - pumnul care îndoie o ramură
- THOI SON CON CAU - rotunjimea unei sfere
- THOI SON HUU DUC - pasărea Phoenix care se ascunde în spatele aripii
- THOI SON THUY DE - pumnul care sparge apa glacială (înghețată)
- THOI SON DIEM THUY - pumnul care biciuiește suprafața apei
- THOI SON CU BOI - lovitură de pumn asemănătoare cu ridicarea paharului
- CUONG DAO SAT THICH - sabia mâinii care taie și înțepă
- CUONG DAO TRAM XA - sabia mâinii care decapitează șarpele
- CUONG DAO TRAM TACH - sabia mâinii care sparge marmura
- CUONG DAO HOANH CHI - sabia mâinii care taie în lateral (îndoirea unei ramuri)
- PHUONG DUC LOAN DAI - pasărea Phoenix care se cațără cu aripa pe munte
- PHUONG DUC KIM CHUNG - aripa păsării Phoenix care lovește clopotul de metal
- PHUONG DUC HOANH XA - cu cotul circular în față

3 CÂP albastru

- THOI SON LONG TIEN - brusca înălțare a vântului
- AM DUONG HOANH PHONG - am duong ta chi prin întoarcere
- THOI SON KHOA HAU - lovitură cu „bat son” prin întoarcere la sex
- AM DUONG TUONG KHAC - lovitură cu reversul pumnului
- SONG LONG XUAT HAI - doi dragoni țâșnesc din ocean
- SONG LONG THAN QUYEN - doi puternici dragoni unul lângă celălalt

SONG PHUNG TRIEU DUONG - 2 păsări Phoenix zboară spre soare
AM DUONG SONG QUYEN - doi pumni spre înainte (în pozitiv și în negativ)
AM DUONG GIANG CHUY - lovitura masei de fier pe nicovală
CUONG DAO PHAT MOC - sabia mâinii care doboară un arbore
CUONG DAO PHAT HA - sabia mâinii care retează pe dedesubt
CUONG DAO HOANH PHONG - sabia mâinii care taie circular prin întoarcere
CUONG DAO PHAT TAO - sabia mâinii care taie iarba
SONG DAO TRAM XA - 2 săbii care decapitează șarpele
SONG DAO PHAT TAO - 2 săbii care taie iarba
SONG DAO SAT THICH - 2 săbii care taie și înțeapă
PHUONG DUC THAN XA - aripa păsării Phoenix care se înalță spre spate ca o cobră
PHUONG DUC AN LONG - aripa păsării Phoenix care lovește solul ca și dragonul care se ascunde
PHUONG DUC BAT PHONG - aripa păsării Phoenix care despică aerul spre înainte
PHUONG DUC HOANH PHONG - aripa păsării Phoenix care despică aerul în spate
PHUONG DUC TRAM THACH - aripa păsării Phoenix care sparge marmura
MANH CONG DOC CHUONG - puternicul și solid pod al palmei
DOC CHUONG BAT THU - împingerea cu podul palmei în mod direct spre lateral

4 CÂP albastru

LUONG LONG XUAT HAI - dublu BAT SON la nivel mediu
SONG TRUU AN LONG - două coarne de bivol lovesc solul
SONG TRUU THIET GIAC - două coarne de bivol care lovesc în ambele părți
BINH PHONG CHUONG - reversul palmei
PHACH KHONG DA CHUONG - biciuire cu reversul palmei
SONG LONG THAN CHUONG - două poduri de palmă ca doi dragoni unul lângă celălalt
AM DUONG PHAP CHUONG - dubla lovitură de pod al palmei sus și jos
NHAT CHI CUONG DUONG - puternica înțepătură a indexului
NHI CHI DIEM THACH - 2 degete care trasează pe marmură (indexul și degetul mijlociu unite)
TU CHI LIEU DIEP - patru degete în formă de frunza de salcie (palma spre sol)
SONG CHI THAU CHAU - 2 degete care smulg perlele (ochii)

Centura Neagră

THOI SON TA CHI - cu ciocanul
THOI SON PHUONG NHAN - pumnul în formă de ochi al păsării Phoenix
SONG THU BINH PHONG - 2 brațe în formă de paravan
THOI SON LONG DAU - pumnul în formă de cornul dragonului
DOC CHI A HAU - periculoasa înțepătură a degetului mare
TAM CHI THAN UNG - 3 degete ca și gheara de vultur care apucă
NGU CHI THAU DAO - cinci degete care smulg o piersică
NHI CHI HO KHAO - 2 degete care apucă precum gura de tigru
- cunoașterea denumirilor și a semnificațiilor

C. N. 1 Dang

CHAP THU THAN DONG - lovitura la sex cu palmele lipite, de jos în sus

HAU NHI THAU CHAU -

HAU NHI DA CHUONG -

TU CHI VUONG HAU - maimuța care zgârie (4 degete unite, cu podul palmei în sus)

- tehnici tradiționale (Thoi Son Ban Ha, Am Duong Quyen, Thoi Son, Di Son ,Thoi Son Ta Chi, Thoi Son Hoanh Chi, Thoi Son Ung Trao, Thoi Son Con Cao)

- scrierea denumirilor