

Ceinture marron

UV1 : cinq positions de base et les sept positions avancées de la liste.

UV2 : Applications des Ji Ben Gong du programme.

UV3 — Techniques de sanda

Famille	Techniques à connaître
Poings	Tous les poings en attaque, riposte et interception : Chōng quán 冲拳, Bǎi quán 摆拳, Gōu quán 勾拳, Biān quán 鞭拳 ; doubles frappes ; changements de rythme et de garde.
Pieds	Enchaîner deux à trois coups de pied déjà appris, avec un déplacement, une feinte et un changement de hauteur. Montrer un enchaînement en attaque et un en contre, avec retour en garde.
Projections	Montrer 5 projections différentes.

UV4 — Taolu

- Ji Ben Quan Fa — 基本拳法 et Lian Huan Quan — 连环拳.
- Un nouveau taolu complet supplémentaire à mains nues.
- Un taolu complet avec arme.

UV5 — Gong Fang

Réponse entièrement libre et adaptée, en déplacement ; montrer des poings, des pieds et trois mises au sol différentes.

- ① Poing avant : direct ou crochet
- ② Poing arrière : direct ou crochet
- ③ Frontal ou latéral avant au corps
- ④ Circulaire arrière au corps
- ⑤ Trois poings enchaînés
- ⑥ Poing → pied
- ⑦ Pied → poing
- ⑧ Frappe → tentative de saisie du corps

UV6 — Acrobaties

- Réussir une des options suivantes : saut de tête ; relevé carpé ; 540 ; flip arrière ; saut de main ; roue sans les mains ; ou enchaînement de trois acrobaties.

UV7 — Combat

- 2 rounds de 3 min en Sanshou.
- 2 rounds de 3 min en Sanda.
- Contre au moins deux adversaires différents.