





PROGRAMMA DI INSEGNAMENTO PER BAMBINI VOVINAM VIỆT VÕ ĐẠO DA CINTURA AZZURRA A 1° CẤP BLU

PROGRAMMA	 VIETNAMITA	 ITALIANO
KỸ THUẬT CĂN BẢN <i>(Tecniche di Base)</i>	<ul style="list-style-type: none">- TẤN Lập Tấn, Liên Hoa Tấn, Tam Giác Tấn, Trung Bình Tấn- ĐẤM Thắng, Móc- ĐÁ Hất, Thắng- 2 Lối chém cạnh tay- 2 Lối gạt cạnh tay- 1 Lối đánh cùi chỏ (số 1)	<ul style="list-style-type: none">- POSIZIONI (tecnica singola ed avanzando)- PUGNI Diretto, Gancio- CALCI Ascia, Frontale- 2 tecniche di taglio della mano (1 e 2)- 2 tecniche di parata con il taglio della mano (1 e 2)- 1 tecnica di gomito (1)
CHIẾN LƯỢC <i>(Tecniche di Combattimento)</i>	<ul style="list-style-type: none">- Thế Chiến Lược số 1 và số 2	<ul style="list-style-type: none">- Tecnica di combattimento n° 1 e 2
LĂN LỘN <i>(Tecniche di Caduta)</i>		<ul style="list-style-type: none">- Tecnica di caduta in avanti- Tecnica di caduta all'indietro