

	#	U	Tan	Sid	Legs	Arms	Note
a	1	>	Lap	-		Ruota anti-orario	Dx Gamba dietro
a	0	>	Trung Binh	Sx		Sx Parata bassa Dx Parata alta	
a	0	>	Dinh	Sx		Dx Pugno Sx Pugno Sx Parata	
a	1	>	Chao Ma	Dx		Dx Dam Lau	
a	1	>	Xa	Dx		Sx Pugno	
a	2	>	Chao Ma	Sx			incrocio gamba dx dietro
a	2	>	Xa	Sx	Sx Calcio Lat		
a	3	>	Dinh	Sx	Dx Calcio ext-int Dx Calcio Lat basso		poggio gamba Dx avanti
a	4	>	Chao Ma	Dx	Sx Calcio Lat		(dietro)
a	5	>	Dinh	Sx	- Dx Calcio Frontale	Sx-Dx parata cross bassa	
a	6	>	Dinh	Dx	Sx Gamba ginocchio		Salto
a	7	>	Dinh	Sx	Dx Calcio front		(volo)
a	8	>	Dinh	Dx	-	Sx, Dx Picca	
b	7	>	Dinh	Dx	-	Ruota Orario	Dx braccio sopra Sx
b	6	<	Hung	Sx		Sx, Dx Parata lat	Mani afferra bavero
b	6	<	Hung	Dx	Dx Calcio Laterale		ruota anti-orario
b	5	>	Chau Ma	Dx		Sx Gomito	ruota anti-orario
b	4	<	Dinh	Sx	-	Sx Parata Lat	ruoto Sx in basso
b	3	<	Dinh	Dx	-	Sx Parata Superiore Dx Pugno	carica braccia lato destro
b	2	<	Dinh Tan	Sx	-	Sx Taglio mano Dx Taglio mano	Salto
b	1	<	Quy	Dx	-	Sx Parata bassa Dx Parata alta	Dx ginocchio terra Sx spazza
b	1	<	Toa	Sx		Sx Parata bassa Dx Parata alta	ruota orario
c	2	>	Dinh	Dx	-	Dx Parata Sx Taglio Mano	Dx Pugno chiuso
c	3	>	Dinh	Sx		Sx Parata Bassa Dx Parata Bassa Sx Damh Muk	Salto, giro antiorario
c	4	<	Chau Ma	Sx		Dx Parata Lat Sx Taglio	giro antiorario
c	5	>	Dinh	Sx		Sx Presa mano Dx Gomito	Giro orario
c	6	>	Chao Ma	Dx	Sx Calcio Frontale		
c	7	>	Dinh	Sx	Dx Calcio Lat dietro		Incrocio Gamba Sx dietro
d	7	<	Xa	Dx		Dx Parata Alta	
d	6	<	Dinh	Sx	-	Sx Taglio Mano Dx Picca rovescio Sx Taglio Mano	Dx da alto
d	5	<	Chao Ma	Dx			Recupero Mani

d	4	<	Dinh	Dx	-	Dx Taglio Mano	Dx Gamba Indietro
d	4	<	Lap	-		Dx Parata Laterale	
d	3	<	Dinh	Sx	-	Sx Pugno	
d	3	<	Lap	-		Mani su Ginocchio	Dx Ginocchio Alto
d	2	<	Lap	-	Sx Ginocchio alto		
d	1	<	Dinh	Dx	Sx Calcio Int-Est		giro antiorario
e	0	<	Chao Ma	Sx	-	Sx Gomito Alto	Sx Mano rafforza
e	1	>	Dinh	Sx			Dx Chien
e	2	>	Dinh	Dx			Dx Luoc
e	3	>	Lap	Dx			Dx So Ba
e	4	>	Chao Ma	Sx			Raccogli Mani (Dx avanti, Sx dietro)
e	4	>	Dinh	Sx		Dx Parata Alta Sx Pugno	
e	5	>	Chao Ma	Dx			Raccogli Mani (Sx Avanti, Dx dietro)
e	5	>	Dinh	Dx		Sx Parata Alta Dx Pugno	2 Passi
e	6		Lap	-			
e	7	>	Dinh	Sx	Sx Calcio Lat (volo)		
f	8	<	Dinh	Dx			carica mano Dx
f	7	<	Chao Ma	Sx		Dx Pugno	incrocio gambe
f	6	<	Xa	Dx	Sx Calcio Circolare		
f	5	<	Chao Ma (dietro)	Dx	Dx Calcio Circolare		
f	4	<	Chao Ma	Dx			Dx Chien Luoc
f	3	<	Druong Binh	Sx			Dx So Bai
f	3	<	Xa	Dx		Sx Pugno (rovesciato)	
f	2	<	Chao Ma (dietro)	Dx		Dx Gomito	
f	2	<	Dinh	Dx		Dx Gomito	
f	1	<	Dinh	Sx		Sx Dam Muc	
f	0	<	Hac	Dx		Dx Dam Thang Bon	
g							
g							
g							
g							
g							
g							
g							
g							
h							
h							
h							
h							
h							
h							
h							
h							
h							
h							