



2.1. Primeira fase: 10^o para 9^o gub

Faixa branca para laranja

2.1.1. Respiração (dan jang)

1	Apuro	
2	Yopuro	
3	Mituro	
4	Uyro	

2.1.2. Nak bob

1	Hu bang nak bob	
2	Kurugui tchuk bang	

2.1.3. Terigui

Movimentos de 1 a 8	
---------------------	--

2.1.4. Dunjigui

Movimentos 1 a 4	
------------------	--

2.1.5. Kyok tuki

1	Ap Dirigui	
2	Dolio dirigui	
3	Uyro dirigui	

2.1.6. Jok sul

1	Ap tchanókki	
2	Yop tchanókki	
3	Jiguh tchagui	
4	Tuitcumchi tchadoligui	
5	An dari	
6	Bakat dari	
7	Ap tchaoligui	