

**SOHEI** Nível do Monge

PULO LONGO	Distância	1.5m	3m	4.5m	6m	7.5m	10m	10.5m	12m	13.5	15m	16.5m
	CD	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55
	Distância	30cm	0.6m	1.2m	1.2m	1.5m	1.8m	2.1m	2.4m	2.7m	3m	3.3m