

Cordão azul

Corde bleue - 5^e grade adulte

Chant

Ladainha & corrido

Mouvements

attaque

Martelo cruzado
Chapa cruzada
Bicuda
Esporão
Meia lua solta
Chapa giratória
Espelho
Chapa de chão

esquive

Encruzilhada

acrobatie

Ponte
Aú cortado
Bananeira
cabeça no chão

Séquences

séquence n°1

Queixada / armada / martelo cruzado #
chapa giratória # espelho / chapa de chão #
bananeira (c/ cabeça) / negativa / rolê # aú

séquence n°2

Armada # esporão (na queixada) / meia lua solta /
chapa de chão # aú cortado # bicuda /
encruzilhada / corta capim # s-dobrado

changement de sens

