

1) Lefel Pernafasan :

- a) Pernafasan Paku Bumi (Ini Pernafasan Penyatuan Diri dengan Medan Magnet yang ada di Kutup Utara dan Selatan Bumi)
- b) Pernafasan Rembulan (Ini Pernafasan Penyatuan Diri dengan Alam Semesta serta Udara/ Oksigen dalam Bima Sakti)
- c) Pernafasan Cakra (Ini Pernafasan dalam rangka membuka elemen Panas, Air, Udara dan Medan Magnet Bumi/Gravitasi Bumi)
- d) Pernafasan Telepati (Ini Pernafasan dalam rangka memadukan antara Elemen Alam dengan Alam Meta Fisika menyatu dalam Panca Indera)
- e) Pernafasan Sejati (Merupakan Penyatuan Diri dengan Seluruh Cipta Karsa- Rasa dari seluruh Elemen dan Panca Indra serta Meta Fisika yang Bijak)

2) Lefel Gerak Pernafasan :

- a) Lefel Dasar (LD) Tingkat Kesatria Muda:
 - (1)Pernafasan Gerbang 1 (PG-1)
 - (2)Pernafasan Tarik Dorong 1 (PTD-1)
 - (3)Pernafasan Kombinasi 1 (PK-1)
 - (4)Pernafasan Magnet 1 (PM-1)
- b) Lefel Lanjutan Pratama (LP)Tingkat Kesatria Madya:

(1) Pernafasan Gerbang 2 (PG-2)

(2) Pernafasan Tarik Dorong 2 (PTD-2)

(3) Pernafasan Kombinasi 2 (PK-2)

(4) Pernafasan Magnet 2 (PM-2)

c) Lefel Lanjutan Madya (LM)Tingkat Kesatria Utama:

(1) Pernafasan Gerbang 3 (PG-3)

(2) Pernafasan Tarik Dorong 3 (PTD-3)

(3) Pernafasan Kombinasi 3 (PK-3)

(4) Pernafasan Magnet 3 (PM-3)

d) Lefel Lanjutan Utama (LU)Tingkat Pandega Muda:

(1) Pernafasan Gerbang 4 (PG-4)

(2) Pernafasan Tarik Dorong 4 (PTD-4)

(3) Pernafasan Kombinasi 4 (PK-4)

(4) Pernafasan Magnet 4 (PM-4)

e) Lefel Pendekar (LP)Tingkat Pandega Madya:

(1) Pernafasan Gerbang 5 (PG-5)

(2) Pernafasan Tarik Dorong 5 (PTD-5)

(3) Pernafasan Kombinasi 5 (PK-5)

(4) Pernafasan Magnet 5 (PM-5)

3) Pembinaan Pernafasan :

a) Media Lidi Bambu 12 gerakan.

b) Media Jasmani/Fisik dengan Alat/Non Alat

c) Media Lilin -1,-2,-3,-4,-5 memiliki 3 Tahab.

d) Media Alam dan Elemennya 5 Dimensi.