

## **1. Kategori Pembinaan Mental Spritual KPSN**

- a. Materi Pernafasan Kesatria PS Nusantara
- b. Materi Pengobatan dan Penyembuhan Kesatria PS Nusantara
- c. Materi Masage dan Trafis kebugaran Kesatria PS Nusantara

## **2. Kategori Jurus Seni KPSN**

- a. Materi Sikap Pasang 1-12
- b. Materi Senam Jurus 1-12
- c. Materi Jurus Solo 1-6
- d. Materi Jurus Ganda Tangan Kosong
- e. Materi Jurus Ganda Bersenjata
- f. Materi Jurus Solo Senjata ( Toya, Tongkat Ganda, Golok, Celurit, Pedang, Cemeti, Kipas, Trisula, Pisau, Keris Dll)

## **3. Kategori Jurus Beladiri KPSN**

- a. Materi Jurus Pembelaan 1 s.d 7 (a,b,c)
- b. Materi Jurus Pertandingan 1 s.d 24
- c. Materi Beladiri Praktis Kunci, Lepas dan Bantingan

#### **4. Kategori Pembinaan Prestasi Sport Olah Raga**

- a. Materi Pembinaan Fisik Kesatria PS Nusantara
- b. Materi Pembinaan Prestasi Tanding Atlet Putera/i.
- c. Materi Pembinaan Prestasi TGR IPSI Atlet Putera/i.
- d. Materi Pembinaan Prestasi Ganda IPSI Atlet Putera/i.
- e. Materi Pembinaan Prestasi Regu IPSI Atlet Putera/i.