

KEILMUAN PERNAFASAN NUSANTARA TERPADU

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.

