

INTEGRAL VOVINAM



Children Examination Programme

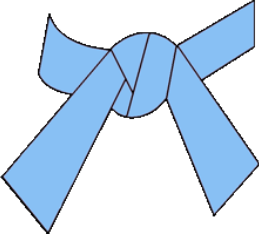
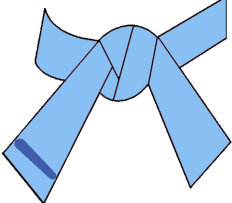
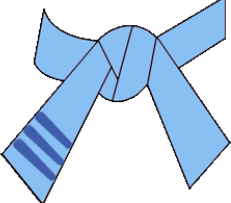
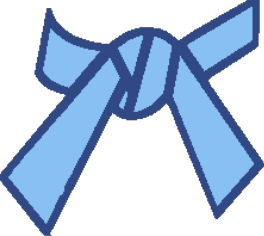
Published by the
Vovinam World Expansion Office
Under the supervision of the *Integral Vovinam World Federation*

© 1997 revised edition © 2018

vovinam_world_expansion_office@yahoo.com
integralvovinamworldfederation@gmail.com



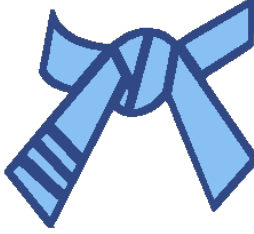

Children Exam Program

LEVEL 1

Clear Blue	1 CẤP	2 CẤP	3 CẤP	Clear Blue with Dark Blue Edges
				
Tấn (stances)	Trung Bình Tấn Đỉnh Tấn Chuẩn Bị	Trào Mã Tấn Độc Cước Tấn	Quy Tấn Đỉnh Tấn Thấp Hồi Tấn Tọa Tấn	Xa Tấn (2) Bát Cước Tấn
Chỏ (elbows)	Chỏ một	Chỏ hai	Chỏ ba	Chỏ bốn
Gặt (blocking)	Gặt một	Gặt hai	Gặt ba	Gặt bốn
Chém (chopping hand)	Chém một	Chém hai	Chém ba	Chém bốn
Đấm (punches)	Đấm thẳng Đấm móc	Đấm lao Đấm bật ngược	Đấm múc Đấm búa	Hai Đấm thẳng Đấm thấp
Đá (kicks)	Đá thẳng Đá đập	Đá tạt Đá móc	Đá lái Đá đập lái	Đá thẳng bay Đá đập bay
Chiến Lược (fighting strategies)	1, 2, 3	4, 5	6, 7	8, 9
Khóa Gỡ (self-defence)	Ôm Trước (1,2) Ôm sau (1,2) Bóp Cổ Trước	Nắm Áo (gần) Ôm ngang	Bóp cổ trước (2) Nắm Áo (xa)	Nắm hai tay trước Nắm hai tay sau
Vật (wrestling)			1	2
Khóa tay dắt (arm-locks)			1	2
Ground techniques	Defense below (interior) Defense on top (exterior)	Khóa Thập Tự	Defense applying a choke	Khóa Tam Giác
Knife threatening	Peak to the throat in front		Edge to the throat in front	
Quyền (Optional)	Nhập Môn Quyền (Part 1)	Nhập Môn Quyền (Part 2)	Nhập Môn Quyền (whole)	Thập Tự Quyền (odds)
Ground Fights	1 minute	1:30 minute	2 minutes	2:30 minutes
Standing Fights	1 minute	1:30 minute	1:30 minute	1:30 minute
Đòn Chân Tấn Công (Scissors)			1	2
Dao găm (knife attacks)			1	2
Song Luyện một (optional)			1 to 3	4 to 6
Chutes + Gymnastics	rolling forwards	rolling backwards	Hand-stand	Cart-wheel




Children Exam Program

LEVEL 2

	Clear Blue + Dark Blue Edges 1 CẤP	2 CẤP	3 CẤP	Dark Blue + Clear Blue Edges
				
Đấm (punches)	Đấm Hai tay	Hai Đấm Múc	Đấm Búa Lái	
Đá (kicks)	Đá tạt bay	Đá đập lái bay	Đá móc lái bay	Đá tạt lái bay
Chiến Lược (fighting strategies)	10	11	12	13
Khóa Gỡ (self-defence)	Bóc cổ sau Hai tay nắm một tay	Nắm tóc trước Nắm tóc sau	Xiết cổ ngang Khóa sau vòng gáy	Xiết cổ ngang 2 Khóa sau vòng gáy 2
Vật (wrestling)	3	4	5	6
Khóa tay dắt (arm-locks)	3	4	5	6
Ground techniques	1 defence against Khóa Thập Tự	1 defence against Xiết Cổ Ngang	1 defence against Khóa Tam Giác	Anckle-lock
Knife threatening	Edge of the knife to the throat from the back		The 3 threatening learned, against 3 opponents (Slowly)	
Quyền (Optional)	Thập Tự Quyền (whole)	Long Hồ Quyền (1st part)		Long Hồ Quyền (2nd part)
Ground Fights	2 x 2:00 minutes	2 x 2:30 minutes	3 x 2:30 minutes	2 x 3:00 minutes
Standing Fights	2 x 1:30 minutes	3 x 1:30 minutes	3 x 1:30 minutes	3 x 1:30 minutes
Đòn Chân Tấn Công (Scissors)	Đòn chân số 3	Đòn chân số 4	Đòn chân số 5	Đòn chân số 6
Dao găm (knife attacks)	số ba	số bốn	Number 1 (street type)	Number 2 (street type)
Song Luyện một (optional)	7 to 9	10 to 14	15 to 17	whole
Gymnastics	2 legs cartwheel	1 hand cartwheel	Flip-flap (forward)	Flip-flap (backward)

Children Exam Program

LEVEL 3

	Dark Blue + Clear Blue Edges 1 CẤP	2 CẤP	3 CẤP
			
Đấm (punches)	1 boxing series	2 boxing series	3 boxing series
Đá (kicks)	1 kicking series	2 kicking series	3 kicking series
Đanh Đấm Đá (series of punches and kicks)	1 series	2 series	3 series
Chiến Lược (fighting strategies)	14	15	16
Khóa Gỡ (self-defence)	Nắm tóc trước 2 Nắm tóc sau 2	Nắm 1 tay cung bên Nắm 1 tay khác bên	Nắm 1 tay cung bên 2 Nắm 1 tay khác bên 2
Vật (wrestling)	7	8	9
Khóa tay dặt nằm xuống (arm-locks in clinch on the floor)	1	2	3
Ground techniques	Leg-lock + 2 defenses against Khóa Thập Tự	2 defenses against Xiết Cổ Ngang	2 defenses against Khóa Tam Giác
Knife threatening	Peak under the chin in front	Peak under the chin from the back	Inverted knife in front
Dao găm (knife attacks)	Number 3 (street)	Number 4 (street)	Number 5 (street)
Đòn Chân Tấn Công (scissors)	Đòn chân số 6	Đòn chân số 7	Đòn chân số 8
Ground Fights	2 x 3:00 minutes	2 x 3:30 minutes	3 x 3:30 minutes
Standing Fights	3 x 1:30 minutes	3 x 1:30 minutes	2 x 2:00 minutes
Vật Fights (Wrestling)	initiation	1 minute	1:30 minute
Integral Fights		Initiation	1:30 minute