

MODULE A - KIBON - 3È DAN

ENCHAINEMENT DES MEMBRES
SUPERIEURS + POSITIONS

1. TCHOUMBI SEUGUI

- **AP KOUBI SEUGUI**
- **AN PALMOK MOMTONG HETCHEU MAKI**
- **JOUTCHOUM SEUGUI**
- **SAN TEUL MAKI**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN

ENCHAINEMENT DES MEMBRES
SUPERIEURS + POSITIONS

2. TCHOUMBI SEUGUI

- **HAKDARI SEUGUI**
- **KEUMGAN MAKI**
- **AP KOUBI SEUGUI**
- **PYON SON KEUT ARE JETCHEU TCHIREUGUI**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN

ENCHAINEMENT DES MEMBRES
SUPERIEURS + POSITIONS

3. TCHOUMBI SEUGUI

- **AP KOUBI SEUGUI**
- **KAWI MAKI**
- **MOMTONG DOUBONN JILEUGUI**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN

ENCHAINEMENT DES MEMBRES
SUPERIEURS + POSITIONS

4. TCHOUMBI SEUGUI

- **AP KOUBI SEUGUI**
- **DANG KYEU TEUK JILEUGUI**
- **HAN SONNAL MOK BAKKAT TCHIGUI**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN

ENCHAINEMENT DES MEMBRES
SUPERIEURS + POSITIONS

5. TCHOUMBI SEUGUI

- **DWITT KOUBI SEUGUI**
- **HAN SONNAL MOMTONG BAKKAT MAKI**
- **AP KOUBI SEUGUI**
- **BA TANG SON TEUK TCHIGUI**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN

ENCHAINEMENT DES MEMBRES
SUPERIEURS + POSITIONS

6. TCHOUMBI SEUGUI

- **BEUM SEUGUI**
- **BA TANG SON MOMTONG MAKI**
- **AP KOUBI SEUGUI**
- **PYON SON KEUT ARE JETCHEU TCHILEUGUI**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN

ENCHAINEMENT DES MEMBRES
SUPERIEURS + POSITIONS

7. TCHOUMBI SEUGUI

- **AP SEUGUI**
- **BATANSON NOULLO MAKI**
- **JOUTCHOUM SEUGUI**
- **PALKOUP YOP TCHIGUI**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN

ENCHAINEMENT DES MEMBRES
SUPERIEURS + POSITIONS

8. TCHOUMBI SEUGUI

- **DWITT KOUBI SEUGUI**
- **KEUMGANG MAKI**
- **DWITT KOA SEUGI**
- **DOU JOUMOK JETCHEU JILEUGUI**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN

ENCHAINEMENT
MEMBRES INFÉRIEURS

1. KYORUGUI TCHOUMBI SEUGUI

- **BANDAL TCHAGUI**
- **DWITT TCHAGUI**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN

ENCHAINEMENT
MEMBRES INFÉRIEURS

2. KYORUGUI TCHOUMBI SEUGUI

- **BANDAL TCHAGUI**
- **KEUDEUP DOLYEU TCHAGUI**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN

ENCHAINEMENT
MEMBRES INFÉRIEURS

3. KYORUGUI TCHOUMBI SEUGUI

- **AP TCHAGUI**
- **TUYEU YOP TCHAGUI**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN

ENCHAINEMENT
MEMBRES INFÉRIEURS

4. KYORUGUI TCHOUMBI SEUGUI

- **TUYEU MOM DOLYEU FOULYEU TCHAGUI**
- **(CIBLE : RAQUETTE)**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN

ENCHAINEMENT
MEMBRES INFÉRIEURS

5. KYORUGUI TCHOUMBI SEUGUI

- **AP TCHAGUI**
- **KEUDEUP YOP TCHAGUI**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN

ENCHAINEMENT
MEMBRES INFÉRIEURS

6. KYORUGUI TCHOUMBI SEUGUI

- **Y HO SOK OH TCHAGUI**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN

ENCHAINEMENT
MEMBRES INFÉRIEURS

7. KYORUGUI TCHOUMBI SEUGUI

- **BANDAL TCHAGUI**
- **AP BAL FOULYEU TCHAGUI**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN

ENCHAINEMENT
MEMBRES INFÉRIEURS

8. KYORUGUI TCHOUMBI SEUGUI

- **TUYEU DWITT TCHAGUI**
- **(CIBLE : RAQUETTE)**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN

ENCHAINEMENT DES MEMBRES
SUPERIEURS+INFERIEURS
+POSITIONS

1. TCHOUMBI SEUGUI

- **AP KOUBI SEUGUI**
- **AN PALMOK MOMTONG HETCHEU MAKI**
- **AP TCHAGUI**
- **BATANG SON TEUK TCHIGUI**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN

ENCHAINEMENT DES MEMBRES
SUPERIEURS+INFERIEURS
+POSITIONS

2. TCHOUMBI SEUGUI

- **AP KOUBI SEUGUI**
- **HAN SONNAL MOK BAKKAT TCHIGUI**
- **DOLYEU TCHAGUI**
- **MOUROUP KKOKI**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN
ENCHAINEMENT DES MEMBRES
SUPERIEURS+INFERIEURS+POSITIONS

3. TCHOUMBI SEUGUI

- **JOUTCHOUM SEUGUI**
- **SAN TEUL MAKI**
- **AP TCHAGUI**
- **JOUTCHOUM SEUGUI**
- **PALKOUP YOP TCHIGUI**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN
ENCHAINEMENT DES MEMBRES
SUPERIEURS+INFERIEURS+POSITIONS

4. TCHOUMBI SEUGUI

- **DWITT KOUBI SEUGUI**
- **KEUDEURO MOMTONG BAKKAT MAKI**
- **DOU BAL DANG SANG AP TCHAGUI**
- **AP KOUBI SEUGUI**
- **A GUI SON CALJAEBI**

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN
ENCHAINEMENT DES MEMBRES
SUPERIEURS+INFERIEURS+POSITIONS

5. TCHOUMBI SEUGUI

- AP KOUBI SEUGUI
- EULGOUL BAKKAT MAKI
- MOMTONG BARO JILEUGUI
- AP TCHAGUI
- DWITT KOA SEUGUI
- DEUNG JOU MOK EULGOUL AP TCHIGUI

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN
ENCHAINEMENT DES MEMBRES
SUPERIEURS+INFERIEURS+POSITIONS

6. TCHOUMBI SEUGUI

- JOUTCHOUM SEUGUI
- HAN SONNAL MOMTONG YOPMAKI
- AP TCHAGUI
- AP KOUBI SEUGUI
- JEBIPOUM MOK TCHIGUI

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN
ENCHAINEMENT DES MEMBRES
SUPERIEURS+INFERIEURS+POSITIONS

7. TCHOUMBI SEUGUI

- AP KOUBI SEUGUI
- OWE SANTEUL MAKI
- AP BAL YOP TCHAGUI
- MOURoup KKOKI

CSDGE FFTDA

MODULE A - KIBON - 3È DAN
ENCHAINEMENT DES MEMBRES
SUPERIEURS+INFERIEURS+POSITIONS

8. TCHOUMBI SEUGUI

- DWITT KOUBI SEUGUI
- SONNAL MOMTONG MAKI
- DWITT BAL FOULYEU TCHAGUI
- AP KOUBI SEUGUI
- EUT KOURO ARE MAKI

CSDGE FFTDA