



Capoeira Narahari

53 Shorebreeze Ct. East Palo Alto, Ca. 94303 (650) 644-7343
www.brazivedas.com



हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे

(IV) CORDEL 1 VERDE E 2 AMARELOS "1 Green & 2 Yellows Cord"

Name: _____

Date: _____

GOLPES: Movements

	Right	Left
Aú cortado.....	_____	_____
Aú do gato.....	_____	_____
Aú de chibata.....	_____	_____
Esporão e martelo em pé.....	_____	_____
Meio salto.....	_____	_____
Corta capim.....	_____	_____
Queixada.....	_____	_____
Martelo cruzado.....	_____	_____
Chibata.....	_____	_____
Palhaço.....	_____	_____
 Total.....	 _____	 _____

SONGS:

Preta velha.....	_____
Corda sim barbante não.....	_____
Xxx xxxx xx xxxxxxxxxxxx.....	_____

RHYTHMS:

Berimbau - São Bento Grande de Bimba & Samba de roda.....	_____
Pandeiro - Samba de roda.....	_____
Agogô - Capoeira & Samba de roda	_____
Atabaque - Afro	_____
Mrdanga - Basic Kirtan Beat.....	_____

Examiner: _____

Signature: _____