



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

(II) CORDEL 2 VERDES E 1 AMARELO "2 Green & 1 Yellow Cord"

Name: _____

Date: _____

GOLPES: Movements

	Right	Left
Rasteira.....	_____	_____
Rasteira e chapa.....	_____	_____
Benção pulada.....	_____	_____
Aú de rolê	_____	_____
Meia lua	_____	_____
Martelo em pé.....	_____	_____
Esporão.....	_____	_____
Armada girando.....	_____	_____
Cocorinha.....	_____	_____
Bananeirinha.....	_____	_____
 Total.....	 _____	 _____

SONGS:

O Banzo (choro).....	_____
Vem brincar comigo.....	_____
Mente & Como no Brasil.....	_____

RHYTHMS:

Berimbau - São Bento Grande.....	_____
Pandeiro - Medium Capoeira.....	_____
Agogô - São Benco Grande.....	_____
Atabaque - Congo (Rumpi)	_____
Palmas - São Bento Grande.....	_____

Examiner: _____

Signature: _____