



שם התלמיד \_\_\_\_\_

## מבחן חגורה 3 ילד ירוק לבן

רשימת תרגילים	
מרטלו רודדו	
שפה	
האו סים מאו	
האו פליאסו	
מיה לואה גי קומפסו	
חסטרה	
מקקו	
פרפוז	
ונגדציבה	
ציזורה	
לנגן אטאבקי	
לנגן פנדרו	
לשיר שיר של קפוארה	

**FAM** CAPOEIRA

בית ספר לקפוארה