ADVANCED CAPOEIRA MOVES

KICKS		ESQUIVAS		ACROBATICS		PASSAGEM		BALANÇO	
GUANCHO		LATERAL		PLS CHECK ASSESMENT PAGE		DA PARALELA			
CHAPA		BASICA				DE FRENTE			
PONTEIRA		DIAGONAL				POR CIMA			
CHIBATA						TRANÇADA			
S-BATIDO									
MARTELO RODADO									