



www.a-muay.com

a-muay

à, Šà,, à, "à¹•à, •à¹^à, †à, †à, ²à, ™
à, Šà,, à, "à¹€à, ^à¹%à, ²à, ¢à, ²à, §
à, Šà,, à, "à, †à, ²à, ™à, «à, ìà, ±à¹%à, ™
à, «à, ™à¹%à, ²à, ¢à, ±à¹%à, ™à, «à, ¥à, ±à, †à, ¢à, ²à, §

à, ¿2 590



à, Šà,, à, "à¹•à, •à¹^à, †à, †à, ²à, ™ à, Šà,, à, "à¹€à, ^à¹%à, ²à, ¢à, ²à, §
à, Šà,, à, "à, †à, ²à, ™à, «à, ìà, ±à¹%à, ™ à, žà, 'à, ~à, ìà, ¢à, •à, ™à¹%à, ³à, Šà, ²Â
à, ¢à, 'à, ™à, ,,à¹%à, ²à, žà, £à¹%à, -à, ìà, ¢à¹^à, †

à, £à, «à, ±à, ¢à, ¢à, 'à, ™à, ,,à¹%à, ²Â QS71223RÂ Â à, £à, ²à, ,,à, ² 2,590 à, šà, ²à, — à, ¢à, 'à, ™à, ,,à¹%à, ²à¹fà, «à, ìà¹***Â

à, Šà,, à, "à¹•à, •à¹^à, †à, †à, ²à, ™à, žà, £à¹%à, -à, ìà, ¢à¹^à, †à¹fà, ™à¹,,à, —à, ¢
à, Šà,, à, "à¹€à, ^à¹%à, ²à, ¢à, ²à, §à, žà, £à¹%à, -à, ìà, ¢à¹^à, † à, Šà,, à, "à, †à, ²à, ™à, «à, ìà, ±à¹%à, ™

à, Šà, à, "à¹€à, ^à¹%à, ²à, ºà, ²à, §à¹fà, «à¹%à, ¥à, à, ,,à¹€à, šà, ²à¹f à¹•à, •à¹^à, ºà, §à, ¸à, jà, ²à, •à, ºà, §à, ¸à, «à, £à, ¹Á
à, «à, ™à¹%à, ²à, ºà, ±à¹%à, ™à, «à, ¥à, ±à, †à, ¸à, ²à, §Á

à, Šà, à, "à¹•à, •à¹^à, †à, †à, ²à, ™à à, Šà, à, "à¹€à, ^à¹%à, ²à, ºà, ²à, § à, Šà, à, "à, †à, ²à, ™à, «à, jà, ±à¹%à, ™à
à, žà, ´à, ~à, µà, ¸à, •à, ™à¹%à, ³à, Šà, ² à, Šà, à, "à¹•à, •à¹^à, †à, †à, ²à, ™à¹•à, šà, šà, ^à, µà, ™à
à, «à, ™à¹%à, ²à, ºà, ±à¹%à, ™à, «à, ¥à, ±à, †à, ¸à, ²à, §

à, •à, £à, °à¹, à,)à, £à, †à, šà, ²à, ™à, —à, £à, †à¹€à, -

à, ,,à, §à, ²à, jà, ºà, °à, "à, §à, •à, ºà, šà, ²à, ¸à, Šà¹^à, §à, ¸à¹fà, «à¹%à¹€à, ^à¹%à, ²à, ºà, ²à, §à¹€à, ,,à, ¥à, .à¹^à, -à, ™à¹, ,,à, «à, §à¹, ,,à, "à¹%à, -
à, Šà¹^à, §à, †à, žà, ´à, ~à, µà, •à, ²à, £à, —à, µà¹^à, •à¹%à, -à, †à, ¥à, ,,à, •à, ™à, ±à¹^à, †à, šà¹^à, -à, ¸à¹†

à,Šà,à,"à,à,±à¹%à,™à¹fà,«à¹%à,¥à,,à,,à,—à,μà¹^à,"à,¹à¹€à,à¹‡à,•à,à,μà¹^

à¹•à,•à¹^à,,à,"à,°à¹€à,"à,μà,çà,šà,•à,±à,™à,•à¹‡à,"à,¹à¹€à,à¹‡à,™à,—à,²à,‡à,•à,²à,£à¹,,à,ìà¹^à¹,à,à¹Šà,^à,™à¹€à,•à,´à,™à,‡à,Šà,à,"à,"à,μà¹,,à,à,™à¹€à¹€à,•à¹(à¹•à,,à,™à³à,àà¹^à,šà,™à,à,«à,™à¹%à,²à,àà,±à¹%à,™à,à,«à,¥à,±à,‡à,çà,²à,šà,šà,çà,²à,¥à,¹à,•à¹,,à,ìà¹%à,™à,³à¹€à,,à¹%à,²à,-à,çà¹^à,²à,‡à,"à,μà,ìà,μà,à,±à,šà¹fà,™à

à,à,´à,™à,,à¹%à,²à,,à,,à,"à,à,²à,žà,à,ìà,μà,Ÿà,-à,‡à,™à¹%à,³à¹fà,™à,•à,±à,šà,à,à,à,´à,à,«à,¥à,±à,‡à,Šà,à,"à,àà,šà,çà,^à,£à,à,‡à¹†à¹•à,™à,°à,™à,³à¹€à,¥à,çà,^à¹%à,²

à,à,μà,—à,μà¹^à,ìà,μà,à,μà¹•à,"à,‡à(à,à,μà¹€à,"à,μà,çà,šà)

"à,£à,¹à,à,à,²à,žà,—à,,à,•à,£à,¹à,à,à,—à¹^à,²à,çà,^à,²à,•à,àà,´à,™à,,à¹%à,²à,^à,£à,à,‡à,—à,,à,•à,£à,¹à,à,à,à¹^à,°"

(à,•à,"à,—à,μà¹^à,£à,¹à,à,à,à,²à,žà,à,£à,¹à,à,à,^à,°à,à,çà,²à,çà,à,²à,žà¹fà,«à,•à¹^à,,à,°)
à,à,™à,²à,"à¹,,à,à,à¹€à,-à,çà,¹à¹^à,"à¹%à,²à,™à,¥à¹^à,²à,‡à,,à,°â†“Āâ†“
à,-à¹^à,²à,™à¹fà,«à¹%à,¥à,°à¹€à,-à,μà,çà,"à,™à,°à,,à,°

à,,à,³à¹•à,™à,°à,™à,³à¹•à,¥à,°à,,à,šà,£à,à,à,žà,à,šà,±à,•à,à¹,à,à,à,£à,"à,-à¹^à,²à,™à

à,Šà,à,"à¹€à,à¹‡à,™à,à,à,´à,™à,,à¹%à,²à,™à,³à¹€à,,à¹%à,²à,à¹•à,šà,šà,àà,³à¹€à,£à¹‡à,^à,£à,¹à,à,à¹,à,à,à¹€à,ìà,²à,•à,£à,²à,•à,²à,™à,ìà,²à,,à,°
à,Šà,à,"à¹€à,,à¹%à,²à,£à,¹à,à,à,•à,²à,ìà,àà,±à,"à,à¹^à,šà,™à,ìà,²à,•à,£à,²à,•à,²à,™à

à, "à, ±, à, †, à, ™, à, ±, à, 1, %, à, ™, à, •, à, 1, %, à, -, à, †, à, 1, €, à, ¥, à, ., à, -, à, •, à, à, 1, ^, à, §, à, ™, à, —, à, µ, à, 1, ^, à, 1, f, à, «, à, •, à, 1, ^, à, —, à, µ, à, 1, ^, à, à, à, à, à, à, -, à, 1, %, à, à, à, à, 1, ^, à, §, à, ™, à, -, à, •, à, 1, ^, à, ™, à, «, à, ¥, à, §, à, i, à, -, à, 2, à, ^, à, •, à, 1, %, à, -, à, †, à, ™, à, 3, à, 1, ,, à,), à, 1, €, à, -, à, 2, à, 1, €, à, à, 1, %, à, 2, à, 1, €, à, -, à, †, à, ,, à, °, à, à, à, 'à, ™, à, à, 1, %, à, 2, à, 1, ,, à, j, à, 1, ^, à, 1, ,, à, "à, 1, %, à, à, à, ±, à, 1, ^, à, †, à, •, à, ±, à, "à, 1, €, à, %, à, ž, à, 2, à, °, à, š, à, à, ,, à, ,, à, ,, à, ¥

à, "à, ±, à, †, à, ™, à, ±, à, 1, %, à, ™, à, ^, à, °, à, 1, f, à, «, à, 1, %, à, ž, à, -, à, "à, µ, à, —, à, à, à, •, à, à, 1, ^, à, §, à, ™, à, ,, à, †, à, 1, €, à,)à, 1, †, à, ™, à, 1, ,, à,)à, 1, ,, à, à, 1, €, à, ž, à, £, à, 2, à, °, à, à, à, ±, à, "à, à, à, 1, ^, à, §, à, ™, à, 1, •, à, •, à, 1, ^, à, ¥, à, °, à, ,, à, ™, à, •, à, 1, ^, à, 2, à, †, à, •, à, ±, à, ™, à, 1, ,, à,)à, ,, à, °

à, «à,²à,•à,°à%à,-à,†à,•à,²à,£à¹fà, «à¹%à,žà,-à, "à,µà¹€à,)à¹Šà, °à, àà,²à,jà,²à,£à,-à¹€à,-à,²à¹,,à,)à¹•à,•à¹[°]
à¹,,à,jà¹^à¹€à, àà,µà,çà,—à,£à,†

à¹•à,™à,°à,™à,³À à¹fà,™à,•à,²à,£à¹€à,¥à,·à,-à,•à¹,,à, (à, à¹CE
"à,,à,Šà,£à¹€à,œà,-à¹^à,-à¹,,à, (à, •à¹CE 1-2à,™à, 'à¹%à,Š"Á à,"à¹%à,Šà,çà,,à¹^à,°
à¹€à,"à,µà¹(à,çà,Šà¹fà,àà¹^à¹,,à,jà¹^à¹,,à,"à¹%à,^à¹%à,²[°]
à, à,³à, «à,£à,±à,šà,,à,™à,-à¹%à,Šà,™ à,,à,™à,jà,µà,žà,,à,†
à,•à¹%à,-à,†à,Šà,±à,"à,£à,Šà,jà,žà,,à,† à,"à¹%à,Šà,çà,™à,°à,,à,°

à¹fà, «à¹%à,¥à,¹à,•à,,à¹%à,²à,"à,¹à,^à,²à,•à,,à,™à,²à,"à¹,,à, (à, à¹CEà,—à,µà¹^à,Šà,±à,"à,™à,°à,,à,°
à,à,™à,²à,"à,Šà,,à," à,-à,•-à¹€à,-à,Š-à, à,°à¹,à,žà,•à¹•à,¥à,°à,,à,Šà,²à,jà,çà,²à,Š[°]
à,-à,çà¹^à,²à,çà,¶à,"à,•à, 'à,"à,)à¹%à,²à,çà,—à,µà¹^à,Šà,,à,"
à,—à,µà¹^à¹fà,Šà¹%à¹€à,à,µà,çà,™à¹€à,)à¹†à,™à,•à,±à,Šà,-à,±à,•à,©à,£ S,M,L[°]
à¹€à,žà,£à,²à,°à¹•à,•à¹^à,¥à,°à,—à,µà¹^à¹,,à, (à, à¹CEà¹,,à,jà¹^à¹€à, «à,jà,·à,-à,™à,•à,±à,™[°]
à¹,,à, (à, à¹CEà,•à¹^à,²à,†à,•à,±à,™ à,•à, 'à,"à¹,,à, (à, à¹CEà¹,,à,jà¹^à¹€à, «à,jà,·à,-à,™à,•à,±à,™[°]
à¹,,à,jà¹^à¹€à,—à¹^à,²à,•à,±à,™à¹€à,¥à,çà,,à,°

