

Capoeira moves can be classified into several fine categories (although many of the moves can fall into multiple categories), such as “educional,” “esquivantes,” “desequilibrantes”, “traumatizantes”, “acrobáticos”, “derivados”, “de manejos”, “de bloqueios”, “de projeções”, “de imobilizações” e “de chaves e torções”. Focusing on the most common moves, some of these categories can be merged and this information can be summarized as:

### **1) Golpes Traumatizantes (Traumatizing, Striking)**

Martelo  
Martelo Rodado  
Meia-Lua de Frente  
Meia-Lua de Compasso  
Martelo de Chão  
Armada  
Queixada  
Ponteira  
Benção  
Gancho  
Chapa de Frente  
Chapa Giratória  
Galopante  
Chapéu de Couro  
Cabeçada

### **3) Acrobáticos or Floreios (Acrobatics)**

S-Dobrado  
Macaco  
Bananeira  
Aú  
Aú Aberto  
Aú Fechado  
Aú na Rinha  
Aú sem Mão  
Aú de Frente  
Leque  
Peão de Mão  
Queda de Rins  
Carneirinho  
Ponte  
Mortal  
Gato

### **2) Golpes Desequilibrantes (Take-Downs)**

Rasteira  
Banda  
Tesoura de Frente  
Tesoura de Costas  
Crucifixo  
Cabeçada  
Vingativa  
Boca de Calça  
Cabeçada

### **4) Esquivas (Escapes)**

Esquiva Lateral  
Esquiva Recuada  
Queda de Quatro  
Cocorinha  
Negativa  
Rolê