



NAMES OF TAI CHI CHUAN

Master Tung's Européen Camp - France 2003

- | | | | |
|-----|------------------------|-----|--|
| 1. | YUPEI SHIH | 1. | Position préparatoire |
| 2. | TAI CHI CH'Y SHIH | 2. | Tai Chi Chuan, mouvement préparatoire |
| 3. | LAN CH'IAO WEI | 3. | Etreindre la queue du paon ✓ |
| 4. | TAN PIEN | 4. | Simple fouet |
| 5. | T'I SHOU | 5. | Rapprocher les mains (<i>presser des deux côtés</i>) |
| 6. | PAI HO LIANG CH'YH | 6. | La grue blanche déploie ses ailes |
| 7. | TSO LOU HSI NIU PU | 7. | Brosser le genou gauche et pousser |
| 8. | SHOU HUI P'I P'A | 8. | Les mains jouent de la guitare |
| 9. | TSO LOU HSI NIU PU | 9. | Brosser le genou gauche et pousser |
| 10. | YU LOU HSI NIU PU | 10. | Brosser le genou droit et pousser |
| 11. | TSO LOU HSI NIU PU | 11. | Brosser le genou gauche et pousser |
| 12. | SHOU HUI P'I P'A | 12. | Les mains jouent de la guitare |
| 13. | TSO LOU HSI NIU PU | 13. | Brosser le genou gauche et pousser |
| 14. | THIN PU PAN LAN CH'UI | 14. | Faire un pas en avant et donner un coup de poing |
| 15. | JU FENG SZU PI | 15. | Se retirer et sceller (<i>bloquer et fermer en apparence</i>) |
| 16. | SHIH TZU SHOU | 16. | Croiser les mains |
| | | | |
| 17. | PAO HY KUEI SHAN | 17. | Porter le tigre et retourner à la montagne |
| 18. | CHOU TI K'AN CH'UI | 18. | Poing sous le coude |
| 19. | TAO NIEN HOU | 19. | Pas en arrière et repousser le singe |
| 20. | HSIEH FEI SHIH | 20. | Voi en oblique |
| 21. | T'I SHOU | 21. | Rapprocher les mains (<i>presser des deux côtés</i>) |
| 22. | PAI HO LIANG CH'YH | 22. | La grue blanche déploie ses ailes |
| 23. | TSO LOU HSI NIU PL | 23. | Brosser le genou gauche et pousser |
| 24. | HAI TI CHEN | 24. | Aiguille au fond de la mer |
| 25. | SHAN T'UNC PI | 25. | Elever les bras et pousser (<i>le bras perce la montagne ou comme un éventail</i>) |
| 26. | P'IEH SHEN CHUI | 26. | Poing près de la taille |
| 27. | SHANG PU PAN LAN CH'UI | 27. | Un pas en avant et donner un coup de poing |
| 28. | LAN CH'IAO WEI | 28. | Etreindre la queue du paon |
| 29. | TAN PIEN | 29. | Simple fouet |
| 30. | YUN SHOU | 30. | Mains nuages |
| 31. | TAN PIEN | 31. | Simple fouet |
| 32. | KAO T'AN MA | 32. | Caresser l'encolure du cheval (<i>saisir la bride du cheval</i>) |
| 33. | YU FENCHIO | 33. | Coup de pied sur le côté droit |
| 34. | TSO FEN CHIO | 34. | Coup de pied sur le côté gauche |
| 35. | CHUAN SHEN TENG CHIO | 35. | Tourner et coup de pied |
| 36. | TSO LOU HSI NIU PU | 36. | Brosser le genou gauche et pousser |
| 37. | YU LOU HSI NIU PU | 37. | Brosser le genou droit et pousser |
| 38. | CHIN PU TSAI CH'UI | 38. | Pas en avant et coup de poing vers le bas |
| 39. | P'IEH SHEN CH'UI | 39. | Poing près de la taille |