



World Chen Taiji Association France Bretagne

<http://www.chenxiaowang.com/index.html>

Christine Ripart disciple Europe

tel : 06 14 58 40 99

e <https://www.facebook.com/ripart.christine>

e-mail: rougecedretaijiquan@gmail.com

site web: <http://chentaiji-rougecedre.fr/>

Laojia Yilu

1ère partie

Yu Bei Shi

Préparation

1. Qi Shi

Ouverture

2. Jin Gang Dao Dui

Le Gardien des Cieux Pile Le Mortier

3. Lan Zha Yi

Attacher les Vêtements avec Indolence

4. Liu Feng Si Bi

Six Verrouillages et Quatre Fermetures

5. Dan Bian

Simple Fouet

6. Jin Gang Dao Dui

Le Gardien des Cieux Pile Le Mortier

7. Bai He Liang Chi

La Grue Blanche Déploie Ses Ailes

8. Xie Xing

Avancer En Diagonale

9. Lou Xi

Embrasser Le Genou

10. Shang San Bu

Pas En Avant

11. Xie Xing

Avancer En Diagonale

12. Lou Xi

Embrasser Le Genou

13. Shang San Bu

Pas En Avant

14. Yan Shou Gong Quan

Couvrir la Main Et Coup De Poing En Avant

15. Jin Gang Dao Dui

Le Gardien Des Cieux Pile Le Mortier

16. Pie Shan Quan

Se Pencher Et Tirer Le Point

17. Qin Lung Chu Chui

Le Dragon Bleu Emerge De L'eau

18. Shuang Tui Shou

Poussée Des Mains

2ème partie

9. Zhou Di Kan Quan

Coup De Poing Dissimulé Sous Le coude

20. Dao Juan Gong

Rouler Les Bras Vers L'Arrière

21. Bai He Liang Chi

La Grue Blanche Déploie Ses Ailes

22. Xie Xing

Avancer En Diagonale

23. Shan Tong Bei

Éclair Dans Le Dos

24. Yan Shou Gong Quan

Couvrir la Main Et Coup De Poing En Avant

25. Liu feng Si Bi

Six Verrouillages Et Quatre Fermetures

26. Dan Bian

Simple Fouet

27. Yun Shou

Mouvoir Les Mains Comme Des Nuages

28. Gao Tan Ma

Caresser L'Encolure Du Cheval

29. You Tsa Jiao

Frapper Le Pied Droit

30. Zuo Tsa Jiao

Frapper Le Pied Gauche

31. Zuo Deng Yi Gen

Coup De Talon Gauche

32. Shang San Bu

Pas En Avant

33. Zhi Di Quan

Coup De Poing Vers Le Sol

34. Ti Er Qi

Double Coup De Pied En L'Air

35. Hu Xing Quan

Poing Qui Protège Le Coeur

36. Xuan Feng Jiao

Coup De Pied Tourbillon

37. You Deng Yi Gen

Coup De Talon Droit

38. Yan Shou Gong Quan

Couvrir la Main Et Coup De Poing En Avant

3ème partie

39. Xiao Qin Da

Petite Saisie

40. Bao Tu Tui Shang

Prendre La Tête Dans Les Mains Et Pousser La Montagne

41. Liu Feng Si Bi

Six Verrouillages Et Quatre Fermetures

42. Dan Bian

Simple Fouet

43. Qian Zhao

Tour En Avant

44. Hou Zhao

Tour En Arrière

45. Ye Ma Fen Zhong

Séparer La Crinière Du Cheval Sauvage

46. Liu Feng Si Bi

Six Verrouillages Et Quatre Fermetures

47. Dan Bian

Simple Fouet

48. Yu Nu Chuan Shuo

La Fille De Jade Lance La Navette

49. Lan Zha Yi

Serrer le Vêtement Avec Indolence

50. Liu Feng Si Bi

Six Verrouillages Et Quatre Fermetures

51. Dan Bian

Simple Fouet

52. Yun Shou

Mouvoir Les Mains Comme Des Nuages

53. Shuang Bai Lian

Double Lotus

54. Die Jiao Da Cha

Balancer Le Pied Et Tomber En Fourche

55. Jin Ji Du Li

Le Coq D'Or Debout Sur La Patte Gauche Puis Droite

4ème partie

56. Dao Juan Gong

Rouler Les Bras Vers L'Arrière

57. Bai He Liang Chi

La Grue Blanche Déploie Ces Ailes

58. Xie Xing

Avancer En Diagonale

59. Shan Tong Bei

Eclair Dans Le Dos

60. Yan Shou Hong Quan

Couvrir La Main Et Coup De Poing En Avant

61. Liu Feng Si Bi

Six Verrouillages Et Quatre Fermetures

62. Dan Bian

Simple Fouet

63. Yun Shou

Mouvoir Les Mains Comme Des Nuages

64. Gao Tan Ma

Caresser L'Encolure Du Cheval

65. Shu Zhi Jiao

Déplacer Les Pieds En Forme De Croix

66. Zhi Dang Chui

Coup Dans L'Entrecuisse

67. Yuan Hou Xian Guo

Le Singe Attrape Un Fruit

68. Dan Bian

Simple Fouet

69. Que Di Long

Le Dragon Se Soulève

70. Shang Bu Qi Xing

Pas En Avant Et Sept Etoiles

71. Xia Bu Kua Hu

Vaincre Le Tigre

72. Zhuan Shen Shuang Bai Lian

Double Lotus

73. Dang Tou Pao

Canon En Avant

74. Jing Gang Dao Dui

Le Gardien Des Cieux Pile Le Mortier

75. Tai Ji Shou Si

Fermeture