

Tai Ji Jian (32)

太极剑

32 mouvements style Yang

	qǐ shì	起勢	ouverture
1	bìng bù diǎn jiàn	并步点剑	pieds joints, pointer l'épée
2	dú lì fǎn cì	独立反刺	sur un pied, piquer à l'envers
3	pú bù héng sǎo	匍步横扫	en position du serpent, balayer latéralement
4	xiàng yòu píng dài	向右平带	couper horizontalement vers la droite
5	xiàng zuǒ píng dài	向左平带	couper horizontalement vers la gauche
6	dú lì lún pī	独立轮劈	sur un pied, faire une rotation avec l'épée et fendre
7	tuì bù huí chōu	退步回抽	reculer d'un pas et ramener l'épée
8	dú lì shàng cì	独立上刺	sur un pied, piquer vers le haut
9	xū bù xià jié	虚步下截	en position du pas vide, intercepter en bas
10	zuǒ gōng bù cì	左弓步刺	en position Arc et Flèche piquer pied gauche devant
11	zhuǎn shēn xié dài	转身斜带	tourner et couper en diagonale
12	suō shēn xié dài	缩身斜带	tirer l'épée vers soi et couper en diagonale
13	tí xī pěng jiàn	提膝捧剑	lever le genou et prendre l'épée à deux mains
14	tiào bù píng cì	跳步平刺	avancer en sautant et piquer horizontalement
15	zuǒ xū bù liáo	左虚步撩	à gauche, en position du pas vide, dévier vers le haut
16	yòu gōng bù liáo	右弓步撩	à droite, en position Arc et Flèche, dévier vers le haut

17	zhuǎn shēn huí chōu	转身回抽	tourner et ramener l'épée
18	bìng bù píng cì	并步平刺	les pieds joints, piquer horizontalement
19	zuǒ gōng bù lán	左弓步拦	à gauche, bloquer en position Arc et Flèche
20	yòu gōng bù lán	右弓步拦	à droite, bloquer en position Arc et Flèche
21	zuǒ gōng bù lán	左弓步拦	à gauche, bloquer en position Arc et Flèche
22	jìn bù fǎn cì	进步反刺	avancer et piquer en tournant
23	fǎn shēn huí pī	反身回劈	se retourner et fendre
24	xū bù diǎn jiàn	虚步点剑	en position du pas vide, pointer l'épée
25	dú lì píng tuō	独立平托	sur un pied, soulever l'épée horizontalement
26	gōng bù guà pī	弓步挂劈	en position Arc et Flèche, parer et fendre
27	xū bù lún pī	虚步轮劈	en position du pas vide, faire une rotation avec l'épée et fendre
28	chè bù fǎn jī	撤步反击	reculer et frapper en revers
29	jìn bù píng cì	进步平刺	avancer d'un pas et piquer horizontalement
30	dīng bù huí chōu	丁步回抽	en position du pas pointé, ramener l'épée
31	xuán zhuǎn píng mǒ	旋转平抹	tourner et essuyer horizontalement
32	gōng bù zhí cì	弓步直刺	en position Arc et Flèche, piquer en face
	shōu shì	收势	fermeture