

# Tai Ji Shan

# 太极扇

## Xi Yang Mei

## 夕阳美

56 mouvements

Dì yī duàn		第 一 段	1 <sup>e</sup> partie
1	qǐ shì	起势	ouverture le singe présente la pêche
2	xū bù liáo shān	虚步撩扇	en position du pas vide, lever l'éventail l'intendant désarme le guerrier de Bouddha
3	zhèn jiǎo dǒu shān	震脚抖扇	frapper du pied et faire vibrer l'éventail faire monter la vague du fond vers la surface
4	yún shǒu bá shān	云手拔扇	mouvoir les mains comme des nuages en tirant l'éventail les mains en nuages
5	gōng bù tuī shān	弓步推扇	en position Arc et Flèche, pousser avec l'éventail brosser le genou
6	jià shān dēng jiǎo	架扇蹬脚	bloquer et coup de talon tirer le rideau et ouvrir la fenêtre
7	dú lì pī shān	独立劈扇	sur un pied, fendre avec l'éventail explorer le fond des mers
8	huí shēn bèng shān	回身绷扇	se retourner et piquer en tendant l'éventail le boa se retourne
9	jǔ shān chōng quán	举扇冲拳	lever l'éventail, puis coup de poing tirer à l'arc sur le tigre

Dì èr duàn		第 二 段	2 <sup>e</sup> partie
10	xiē bù xià jié	歇步下截	en position assis, intercepter en bas le vieil arbre enchevêtre ses racines
11	diǎn bù liàng shān	点步亮扇	en position du pas pointé, montrer l'éventail la jeune hirondelle vole haut dans le ciel
12	xiē bù yún bào	歇步云抱	en position assis, étreindre les nuages la déesse déverse des fleurs du haut du ciel
13	gōng bù xià jié	弓步下截	en position Arc et Flèche, intercepter vers le bas l'hirondelle effleure la surface de l'eau
14	bào shān tán tī	抱扇弹踢	étreindre l'éventail - coup de pied embrasser la lune
15	gōng bù tuī shān	弓步推扇	en position Arc et Flèche, pousser avec l'éventail pousser le bateau dans le courant
16	pī shān tàn zhǎng	劈扇探掌	fendre avec l'éventail et avancer la paume le serpent blanc darde sa langue
17	wǔ huā jī shān	舞花击扇	caresser les fleurs et frapper avec l'éventail caresser les fleurs et frapper avec l'éventail
Dì sān duàn		第 三 段	3 <sup>e</sup> partie
18	zhuǎn shēn yún sǎo	转身云扫	se retourner et balayer les nuages avoir la force d'éliminer 1000 guerriers
19	gōng bù zhā shān	弓步扎扇	en position Arc et Flèche, piquer avec l'éventail le tigre blanc remue la queue
20	chā bù hòu bēng	叉步后崩	pas croisé, frapper en arrière le dragon vert tourne la tête
21	bēi shān tuī zhǎng	背扇推掌	porter l'éventail dans le dos et pousser avec la paume ouvrir la fenêtre et contempler la lune
22	mǎ bù kuà zhǒu	马步跨肘	en position du cavalier, coup de coude soutenir la montagne

23	mǎ bù tuī shān	马步推扇	en position du cavalier, et pousser avec l'éventail
			monter en selle et tenir les rênes
24	chā bù fǎn liáo	叉步反撩	en position du pas croisé, donner un coup d'éventail remontant
			le lion fait rouler la balle
25	wàng yuè liàng shān	望月亮扇	regarder la lune - montrer l'éventail
			la déesse de la Lune étend ses manches
26	zhuǎn shēn bào shān	转身抱扇	tourner et étreindre l'éventail
			embrasser le ciel et la terre
27	zhuǎn shēn pěng shān	转身捧扇	tourner et prendre l'éventail à deux mains
			le singe blanc présente les fruits
<b>Dì sì duàn</b>		<b>第 四 段</b>	<b>4<sup>e</sup> partie</b>
28	xiē bù xià jié	歇步下截	en position assis, intercepter en bas
			le vieil arbre enchevêtre ses racines
29	diǎn bù liàng shān	点步亮扇	en position du pas pointé, montrer l'éventail
			la jeune hirondelle vole haut dans le ciel
30	xiē bù yún bào	歇步云抱	en position assis, étreindre les nuages
			la déesse déverse des fleurs du haut du ciel
31	gōng bù xià jié	弓步下截	en position Arc et Flèche, intercepter vers le bas
			l'hirondelle effleure la surface de l'eau
32	bào shān tán tī	抱扇弹踢	étreindre l'éventail - coup de pied
			embrasser la lune
33	gōng bù tuī shān	弓步推扇	en position Arc et Flèche, pousser avec l'éventail
			pousser le bateau dans le courant
34	pī shān tàn zhǎng	劈扇探掌	fendre avec l'éventail et avancer la paume
			le serpent blanc darde sa langue
35	wǔ huā jī shān	舞花击扇	caresser les fleurs et frapper avec l'éventail
			caresser les fleurs et frapper avec l'éventail

<b>Dì wǔ duàn</b>		<b>第五段</b>	<b>5<sup>e</sup> partie</b>
36	yún shān qián diǎn	云扇前点	faire tourner l'éventail comme un nuage et pointer vers l'avant la libellule effleure la surface de l'eau
37	gōng bù pī shān	弓步劈扇	en position Arc et Flèche, fendre avec l'éventail tout écarter
38	yǎn bù tuī shān	掩步推扇	en position cachée, pousser avec l'éventail couvrir ses mains et frapper
39	mǎ bù chēng shān	马步撑扇	en position du cavalier, brandir l'éventail le faisan doré secoue ses plumes
40	bēng quán dēng jiǎo	崩拳蹬脚	frapper des poings en donnant un coup de talon frapper du pied sur la racine
41	tiào bù pī shān	跳步劈扇	bondir puis fendre avec l'éventail caresser les fleurs et déployer sa manche
42	bēi shǒu hòu liáo	背手后撩	Mains dans le dos soulever l'éventail en arrière la bécasse est attachée
43	diǎn bù shàng cì	点步上刺	en pas pointé, piquer vers le haut l'hirondelle vole haut dans le ciel
44	gōng bù bēng shān	弓步崩扇	en position Arc et Flèche, frapper avec l'éventail s'accroupir comme le tigre prêt à bondir
45	xiē bù liàng shān	歇步亮扇	en position du pas assis, monter l'éventail le conquérant agite son étendard
46	kāi bù bào shān	开步抱扇	ouvrir les pieds et étreindre l'éventail embrasser le ciel et la terre
<b>Dì liù duàn</b>		<b>第六段</b>	<b>6<sup>e</sup> partie</b>
47	gōng bù fēn kào	弓步分靠	en position Arc et Flèche, séparer avec fermeté séparer la crinière du cheval sauvage
48	xū bù bào shān	虚步抱扇	pas vide, étreindre l'éventail

			jouer du pipa
49	gōng bù píng tuī	弓步平推	en position Arc et Flèche, pousser horizontalement
			fermeture apparente
50	pú bù fēn shān	匍步分扇	en position basse, séparer l'éventail
			trancher avec la paume
51	jǔ tuǐ tiǎo shān	举腿挑扇	lever la jambe et soulever l'éventail
			chevaucher le tigre sur un pied
52	bǎi tuǐ pāi jiǎo	摆腿拍脚	balayer frapper le pied
			tourner pour balayer la tige du lotus
53	zhuàng quán liáo shān	撞拳撩扇	coup de poing – ouvrir l'éventail
			coup de poing direct
54	xū bù liàng shān	虚步亮扇	en position du pas vide, monter l'éventail
			la grue blanche déploie ses ailes
55	bìng bù bào shān	并步抱扇	pieds joints, étreindre l'éventail
			le singe blanc présente les fruits
56	shōu shì	收 势	fermeture