

YANG JIA MICHUAN TAIJI QUAN - Premier *DUAN* – Mouvements 1 à 7



1 - Préparation
Yubei Shi



2 - Ouverture
Qi Shi



3 - Cueillir à droite
You Cai Shou



3* - Cueillir à gauche
Zuo Cai Shou

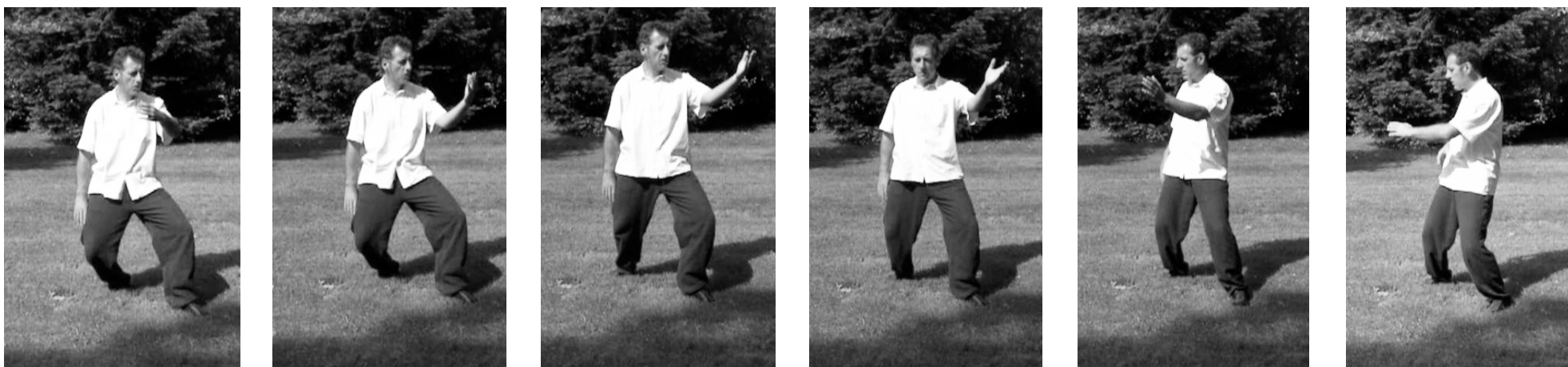


4 - Pousser à gauche (avec la main droite)
Zuo Tui Shou





5 – Le simple balayage du bras, à gauche
Zuo Dang Tong Bei



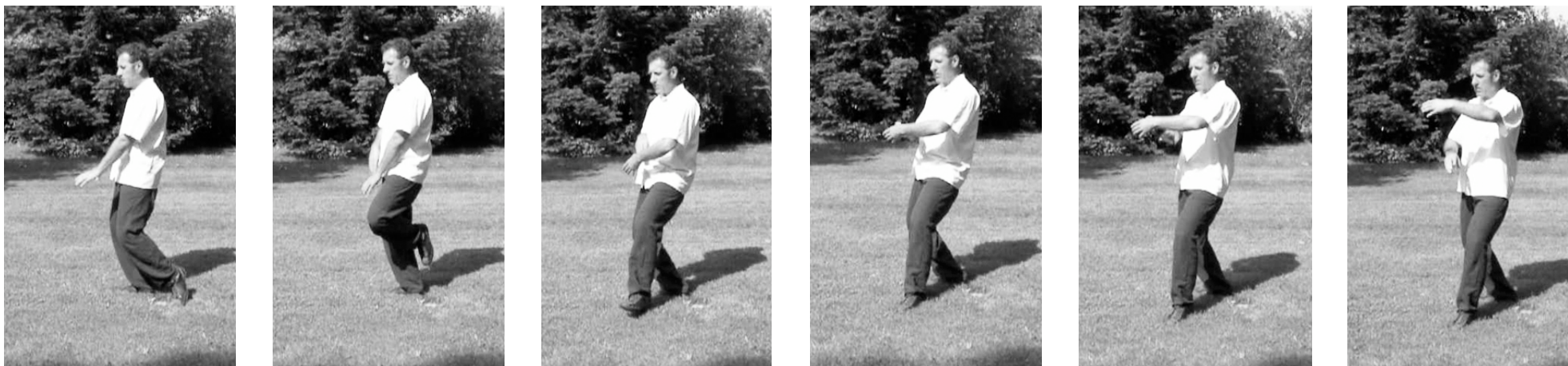
6 - Ficher la main
Cha Shou



7 - Se tourner, parer, saisir la queue du moineau, fermeture apparente, à droite,
You Zhuan Shen, Peng Shou, Lan Qiao Wei, Ru Feng Si Bi







7* - Se tourner, parer, saisir la queue du moineau, fermeture apparente, à gauche,
Zuo Zhuàn Shēn, Pēng Shòu, Lán Qiào Wēi, Rú Fēng Sì Bì

