

ENCHAINEMENT YANG

37 MOUVEMENTS (Zhao Bin)

Préparation

- 1 - Commencer
- 2 - Saisir la queue de l'oiseau
- 3 - Simple fouet
- 4 - Élever les mains
- 5 - La grue blanche déploie ses ailes
- 6 - Avancer en brossant le genou à g. à d. à g.
- 7 - Jouer du pi-pa
- 8 - Remporter le tigre à la montagne
- 9 - Le poing sous le coude
- 10 - Reculer en repoussant le singe à g. et à d.
- 11 - L'aiguille au fond de la mer
- 12 - Déployer l'éventail
- 13 - Vol oblique
- 14 - Mains nuages
- 15 - Simple fouet
- 16 - Flatter l'encolure du cheval
- 17 - Coup de pied à droite - Coup de talon à gauche
- 18 - Pivoter et frapper le tigre à gauche
- 19 - Se retourner - Les deux pics percent aux oreilles
- 20 - Avancer, coup de poing vers le sol
- 21 - Demi-tour - Le serpent blanc darde sa langue
- 22 - Le cheval sauvage secoue sa crinière à g. et à d.
- 23 - La fille de jade lance la navette (2 fois)
- 24 - Un pas - Percer de la paume
- 25 - Croiser les jambes - Secouer le lotus d'une main
- 26 - Avancer, coup de poing en direction de l'aine
- 27 - Un pas, saisir la queue de l'oiseau
- 28 - Simple fouet - Le serpent qui rampe
- 29 - Le coq d'or se tient sur une patte à g. et à d.
- 30 - Reculer - Les 7 étoiles
- 31 - Reculer - Chevaucher le tigre
- 32 - Faire un tour - Secouer le lotus à 2 mains
- 33 - Bander son arc, tirer sur le tigre
- 34 - Avancer, bloquer du poing
- 35 - Feindre de fermer
- 36 - Croiser les mains
- 37 - Terminer