

1^{ère} Forme Ancienne style Chen - lǎo jià yī lù

Première Partie



1

2

3

Préparation

Ouverture

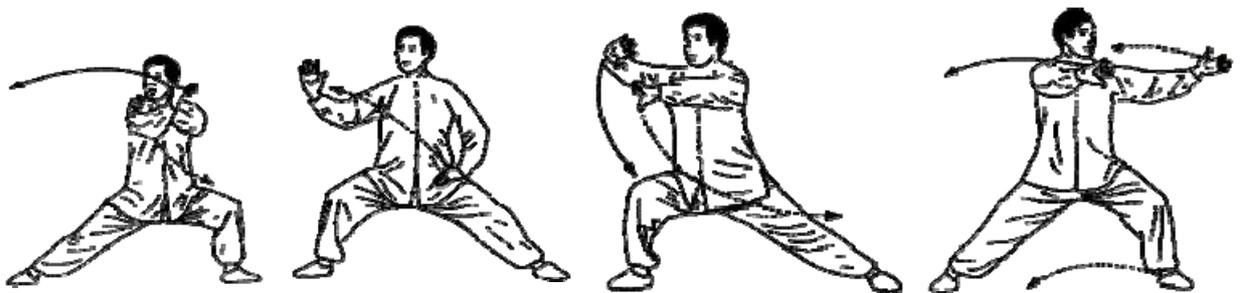
Le gardien céleste pile le mortier



4

Le gardien céleste pile le mortier

Attacher le pan du vêtement



5

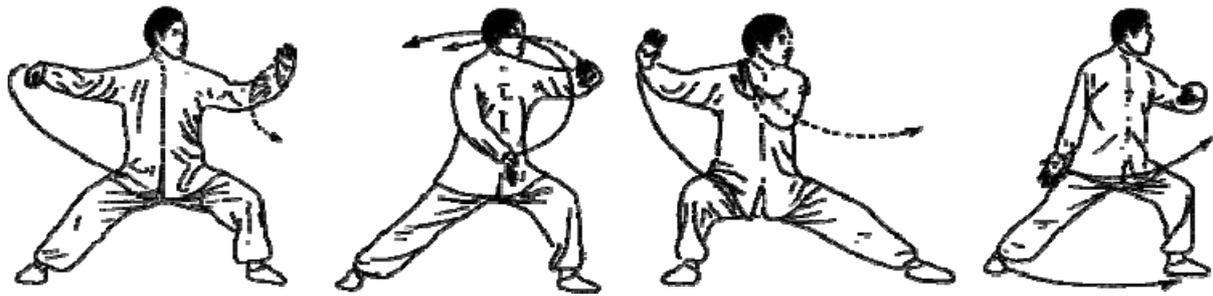
avec indolence

6 Verrouillages et 4 Fermetures



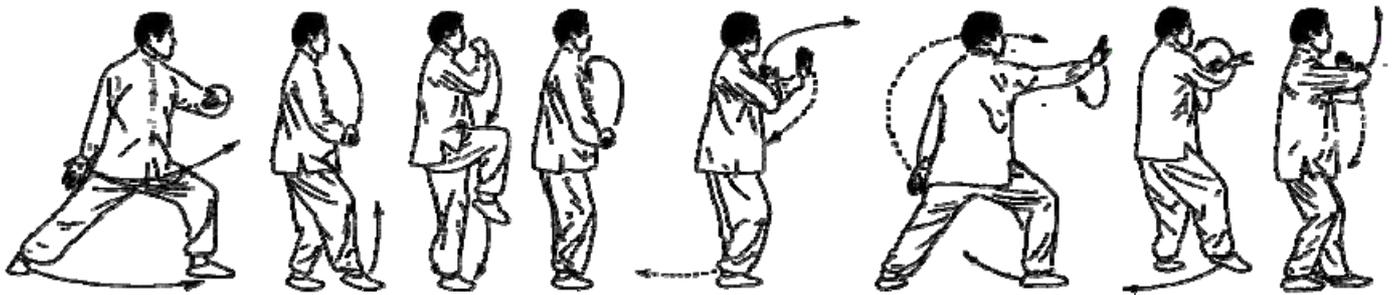
6

Simple Fouet



7

Le gardien Céleste pile le mortier



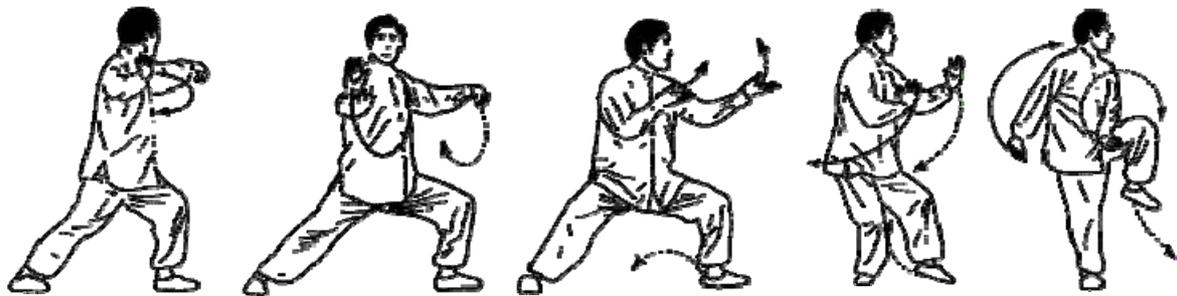
8

La grue blanche déploie ses ailes



9

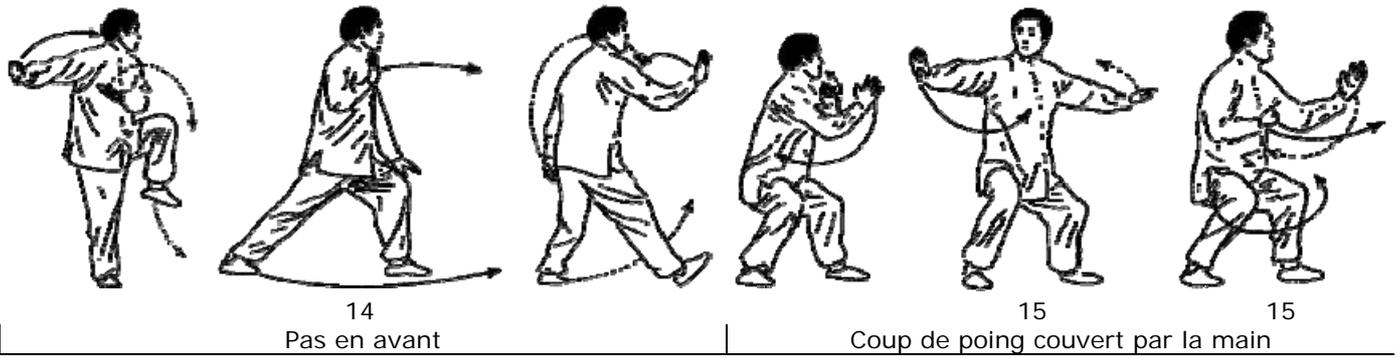
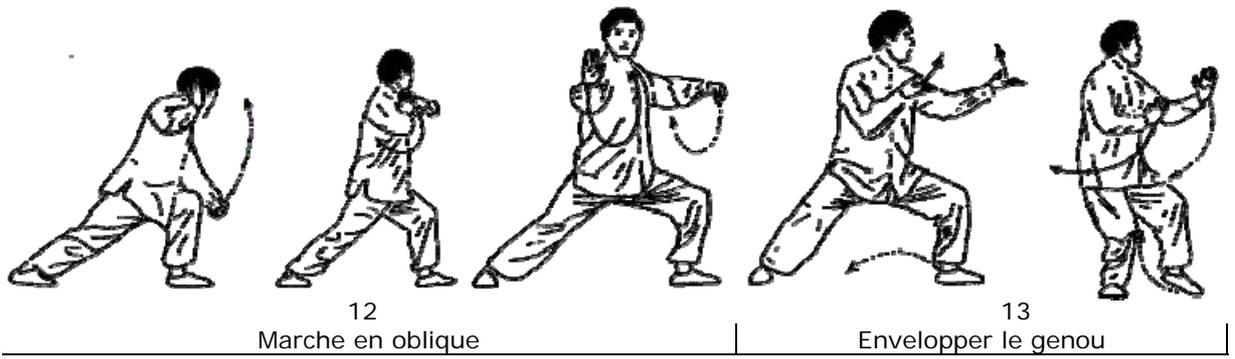
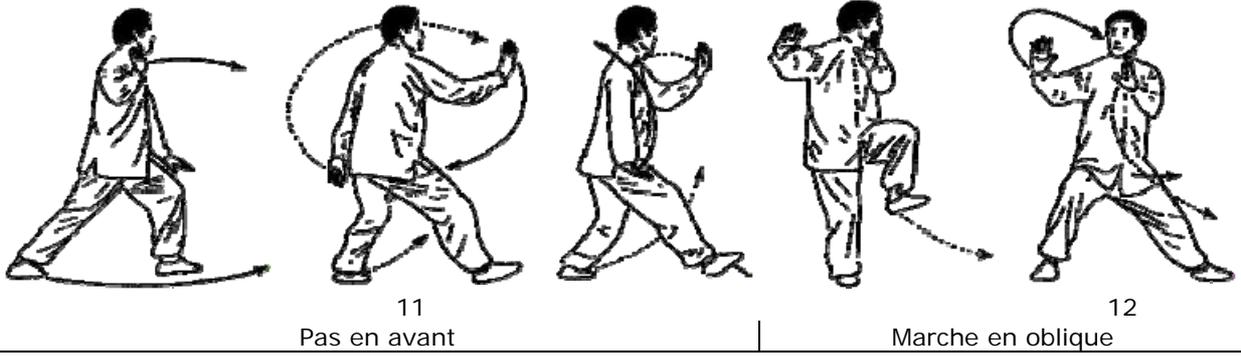
Marche en oblique



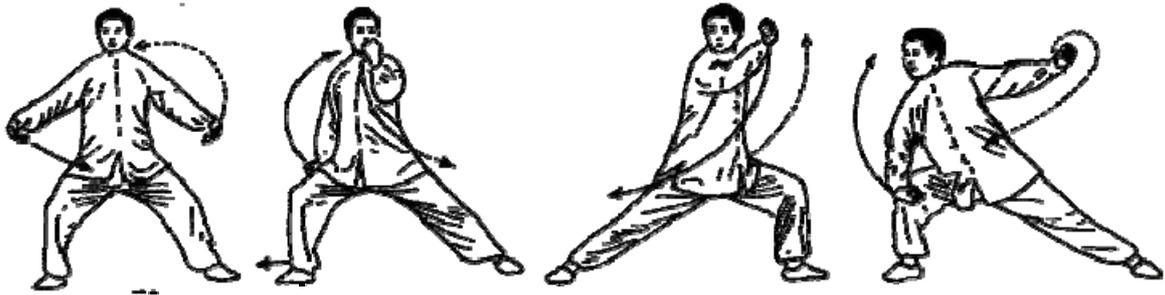
10

Envelopper le genou

Pas en avant



Deuxième Partie



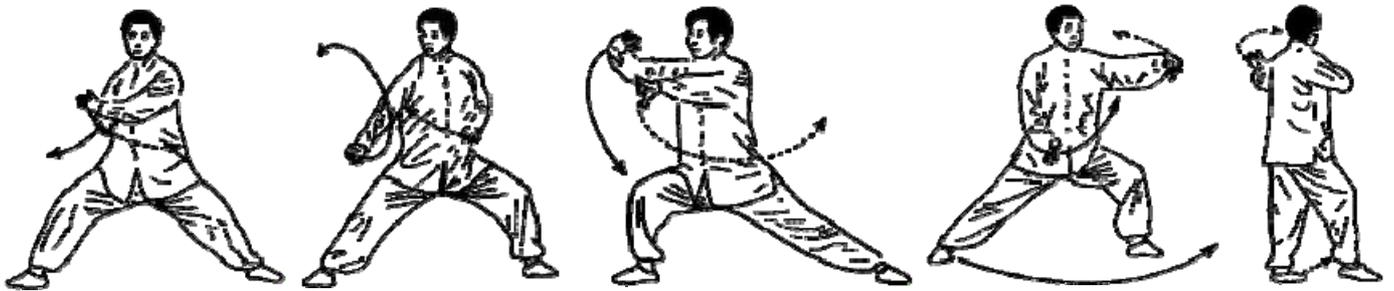
17

Draquer le corps avec les poings



18

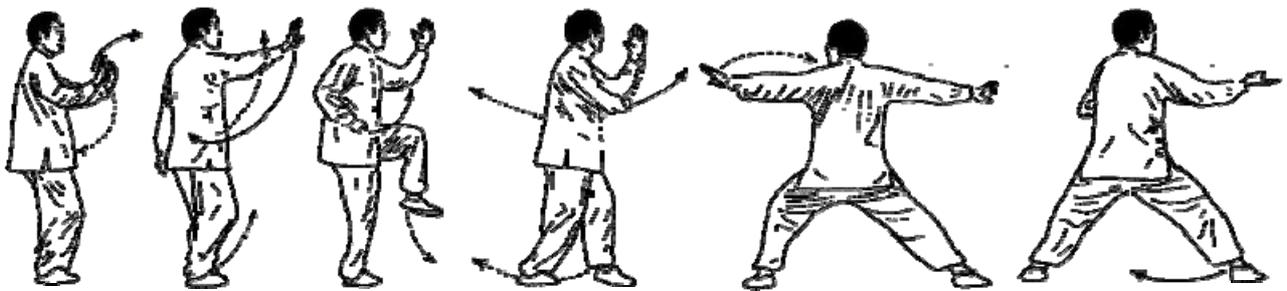
Le Dragon vert émerge de l'eau



18

19

Double frappe des paumes



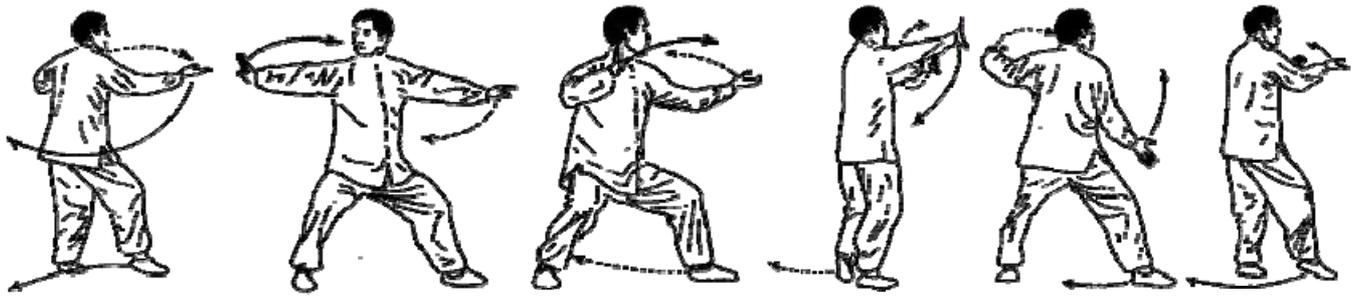
19

20

21

Regarder le poing sous le coude

Dérouler les bras sur l'arrière

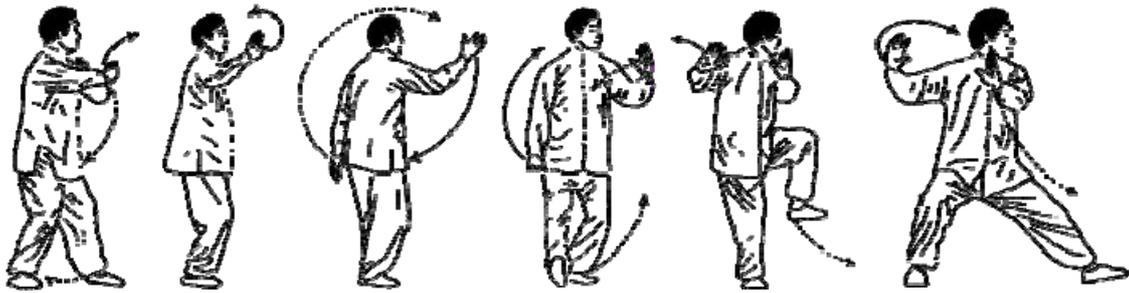


21

Dérouler les bras sur l'arrière

22

La grue blanche déploie ses ailes



22

23

Marche en oblique

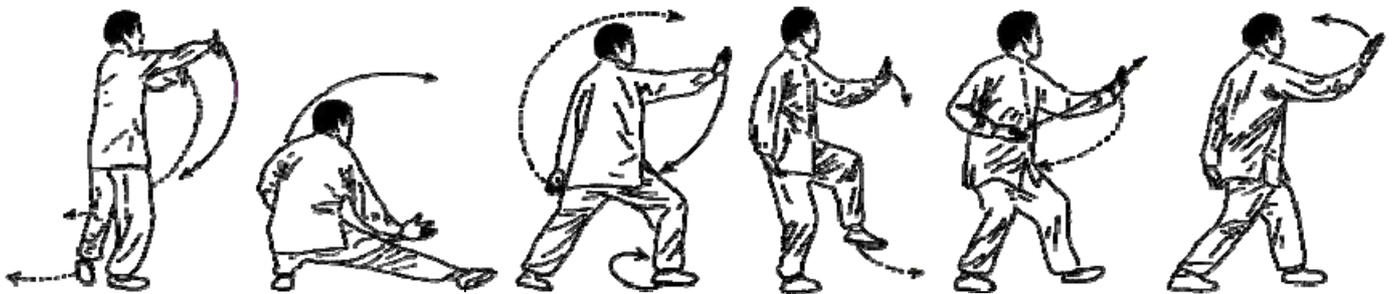


23

24

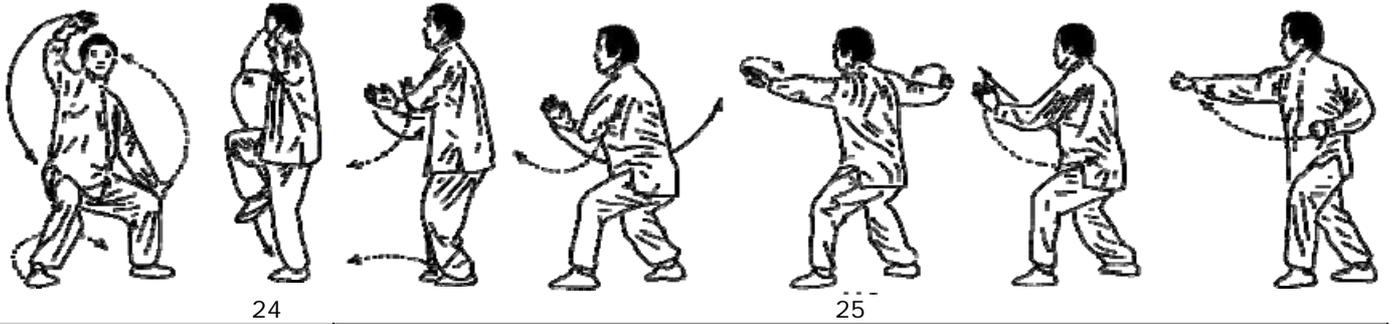
Marche en oblique

L'éclair qui traverse le dos



24

L'éclair qui traverse le dos



24

25

Coup de poing couvert par la main

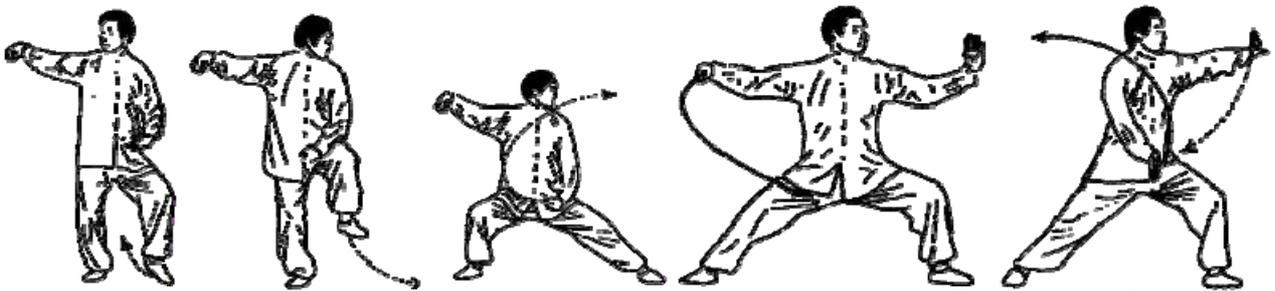


26

27

6 Verrouillages et 4 Fermetures

Simple fouet

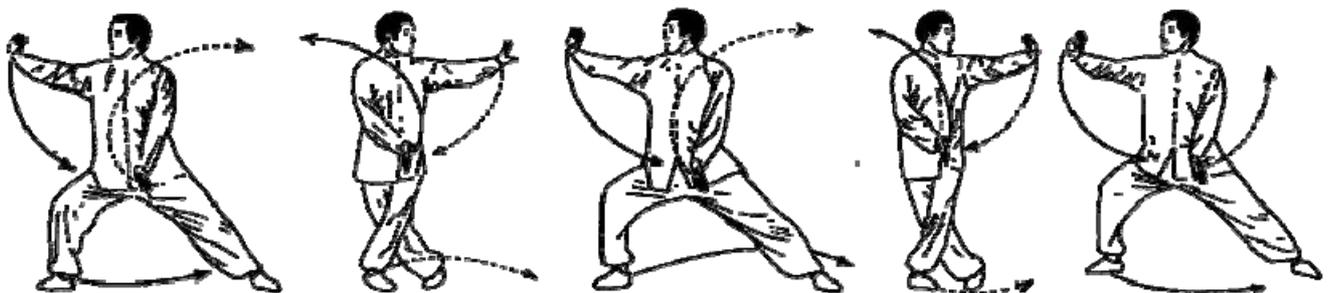


27

28

Simple fouet

Troisième Partie



28

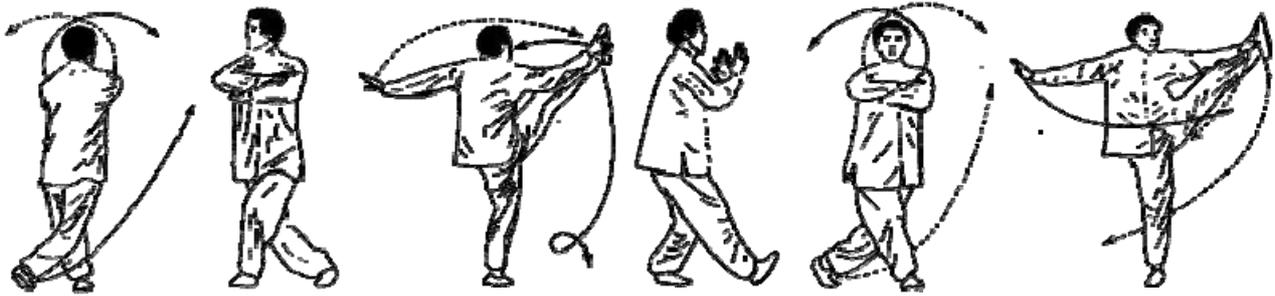
Mouvoir les mains comme les nuages



29

30

Flatter l'encolure du cheval

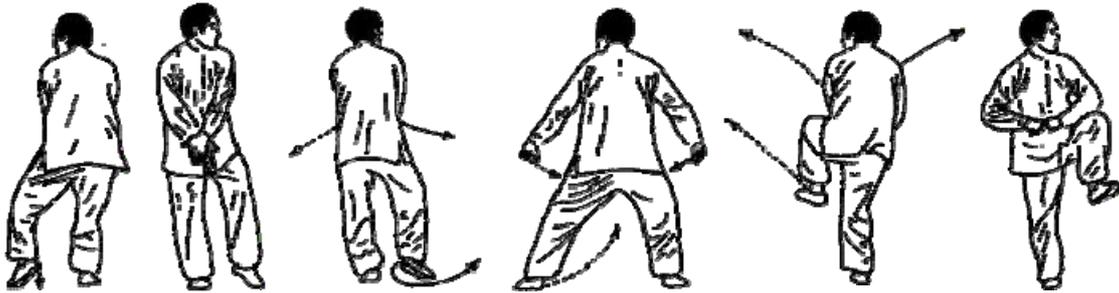


30

31

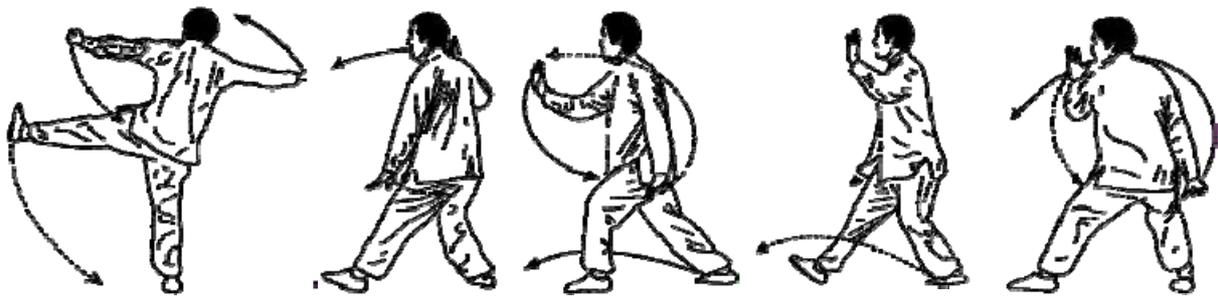
Frapper le pied droit

Frapper le pied gauche



32

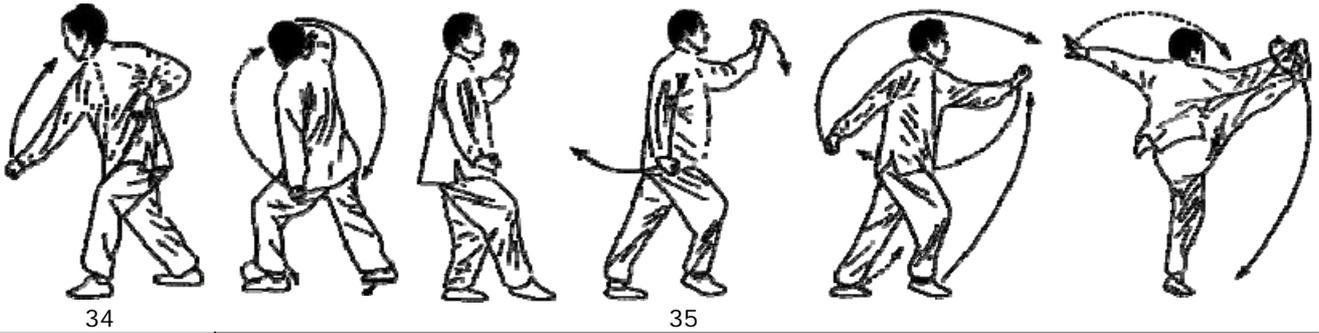
Coup de talon gauche



32

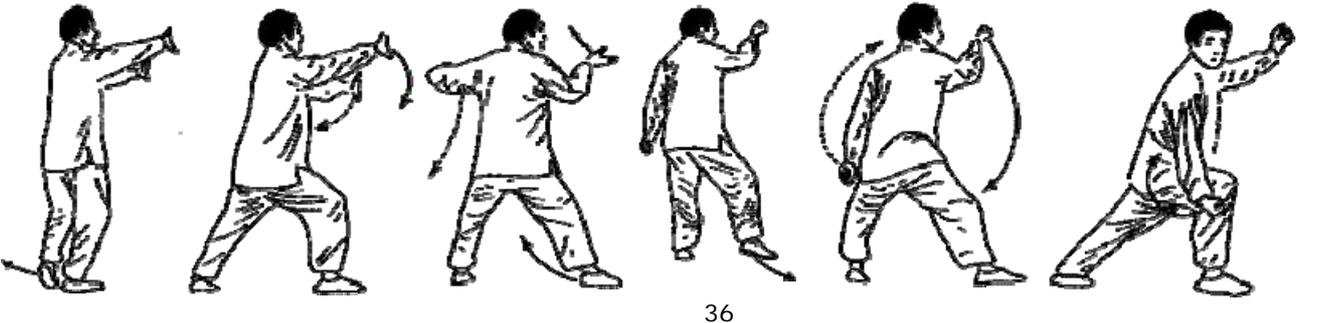
33

Avancer sur trois pas à contre hanche



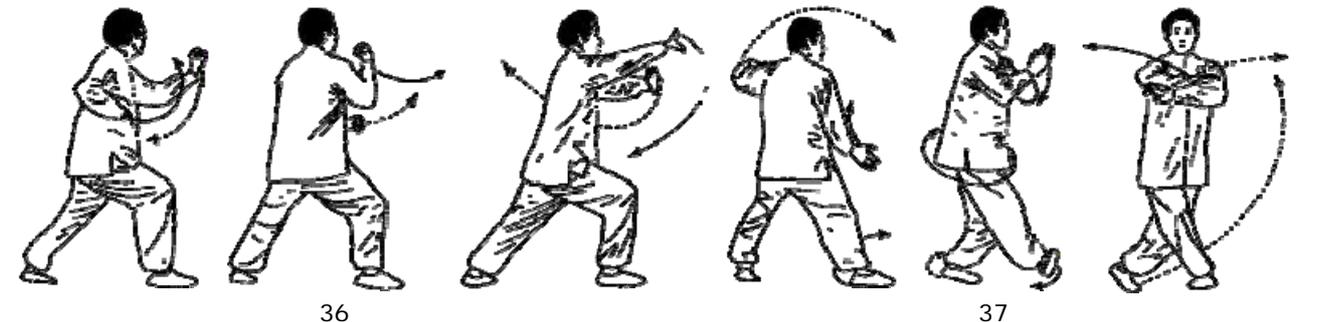
34
Coup de poing
vers le sol

35
Double coup de pied sauté



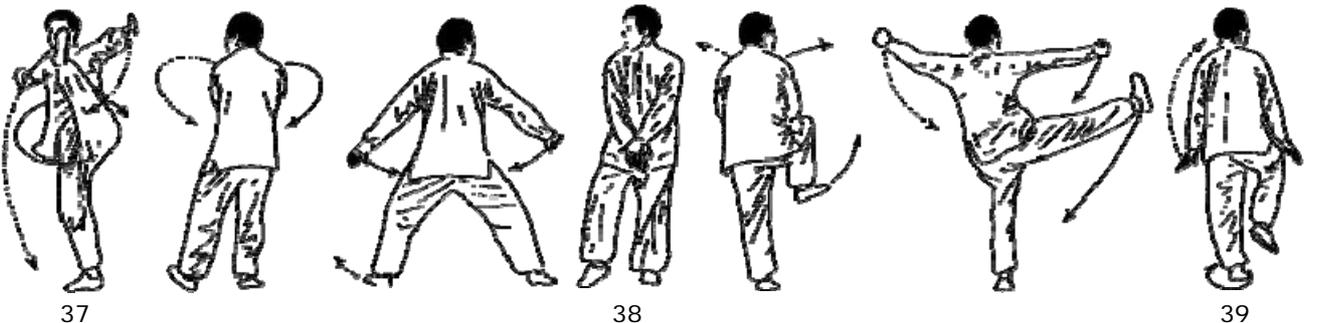
36
Le poing protège le cœur

37
Coup de pied cyclone



37
Coup de pied cyclone

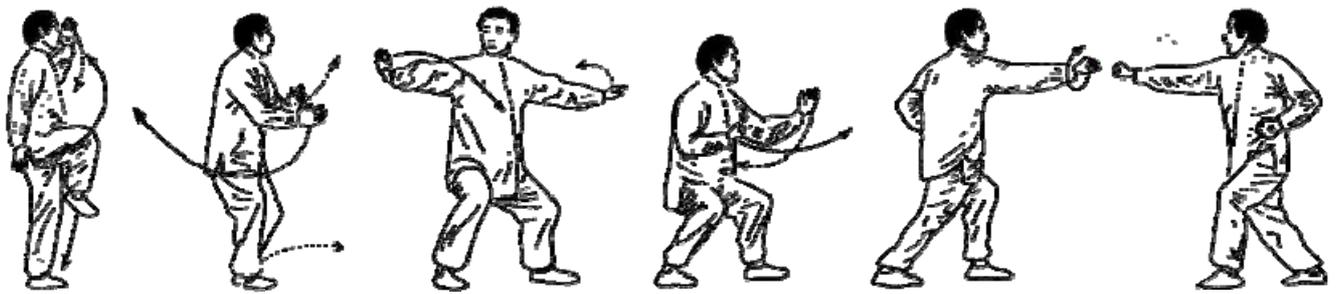
38
Frapper avec le talon droit



37

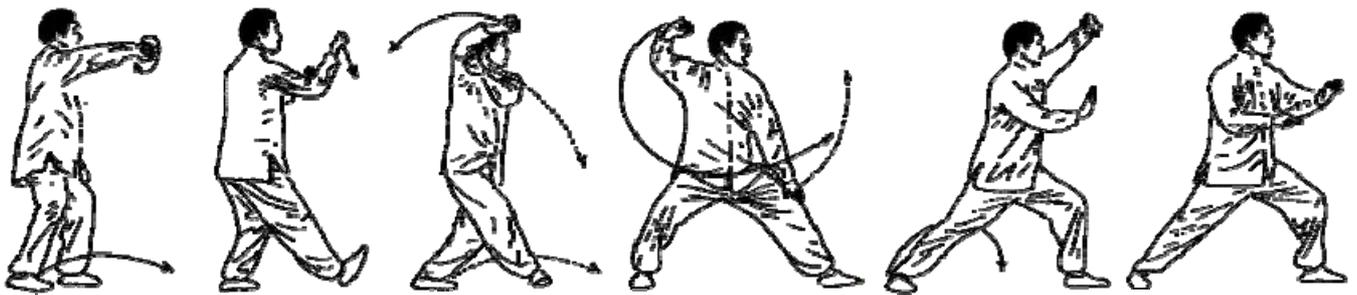
38
Frapper avec le talon droit

39



39

Coup de poing couvert par la main



40

Petite saisie et frappe



41

Embrasser la tête et repousser la montagne



42

6 Verrouillages et 4 Fermetures



43

Simple fouet

Quatrième Partie



43

44

Simple fouet

Parade Avant



45

46

Parade Arrière

Séparer la crinière du cheval sauvage



46

47

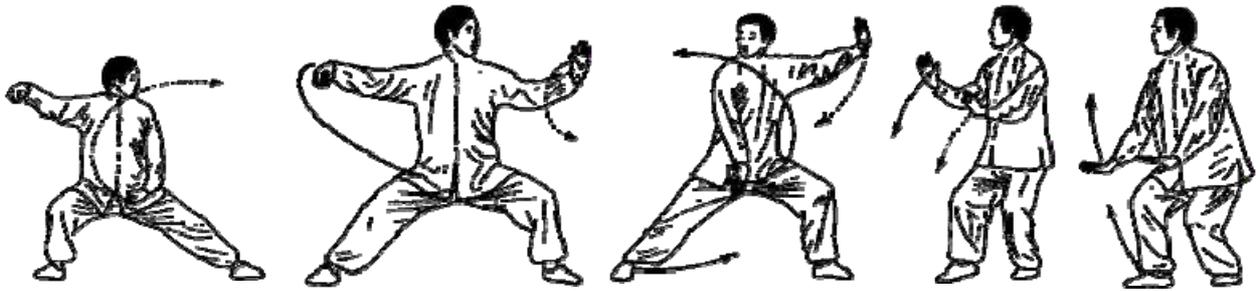
6 Verrouillages et 4 Fermetures



47

48

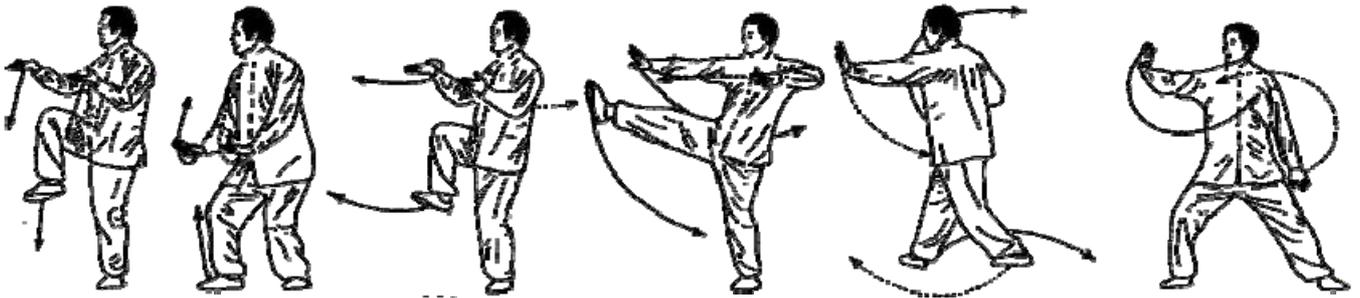
Simple fouet



48

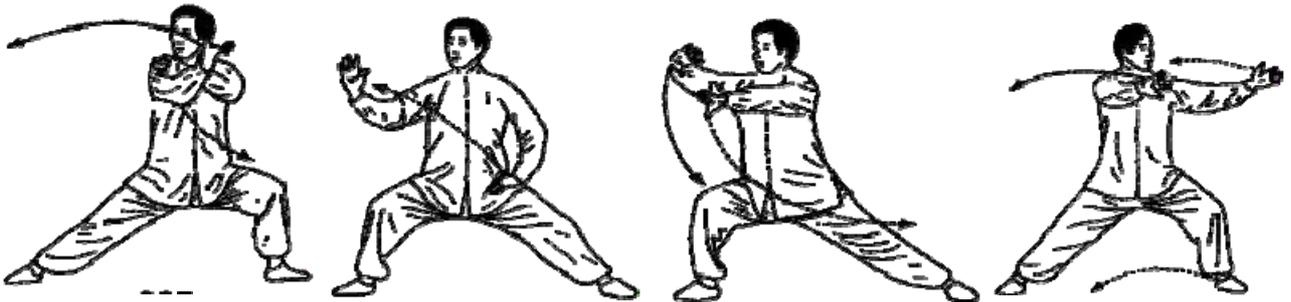
49

La fille de Jade lance la navette



49.

La fille de Jade lance la navette



50

51

Attacher le pan du vêtement avec indolence

6 Verrouillages et 4 Fermetures

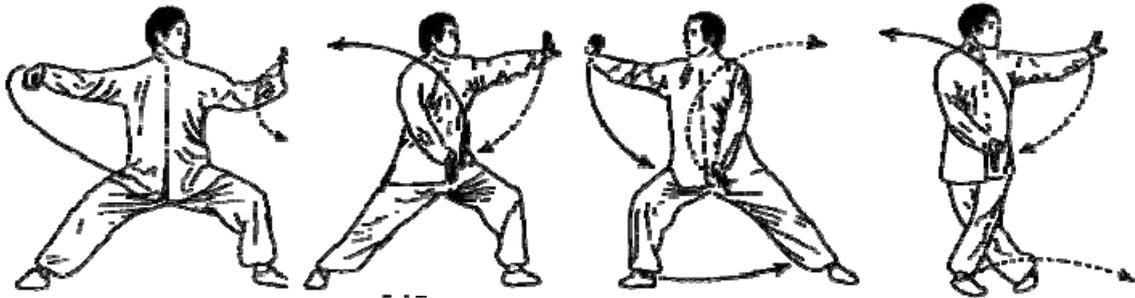


51

52

Simple fouet

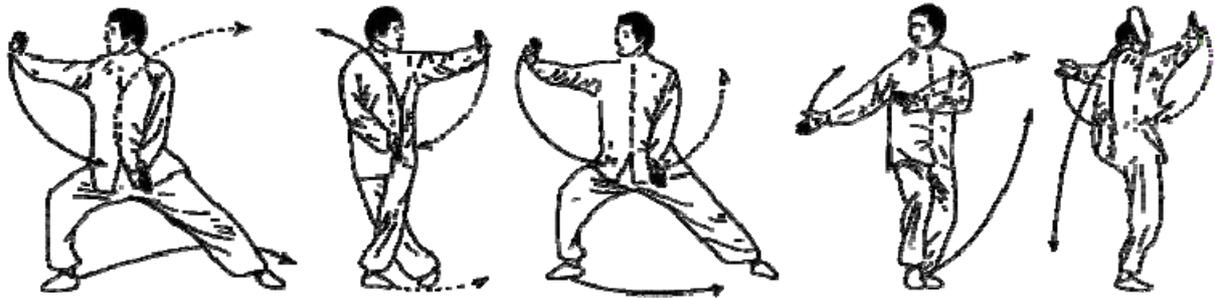
Cinquième Partie



52

53

Mouvoir les mains comme les nuages



53

54

Mouvoir les mains comme les nuages

Balancer le pied et tomber avec



54

55

les pieds en fourche

Le coq d'or sur une patte à gauche



55

56

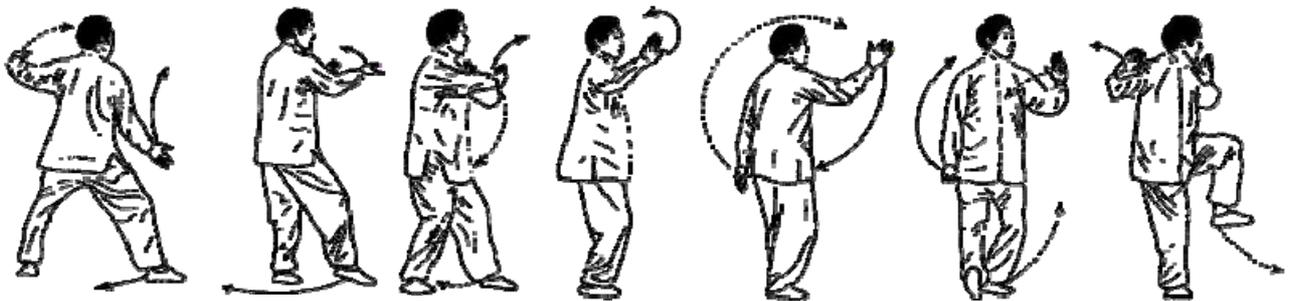
et à droite

Dérouler les bras sur l'arrière



56

Dérouler les bras sur l'arrière

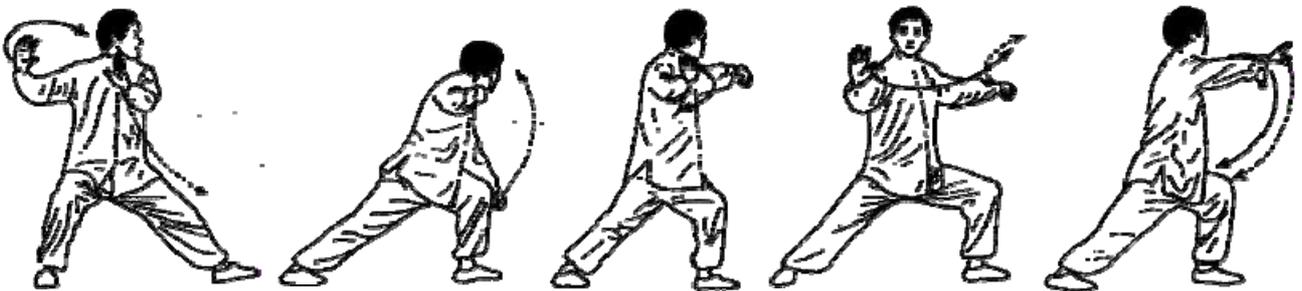


57

La grue blanche déploie ses ailes

58

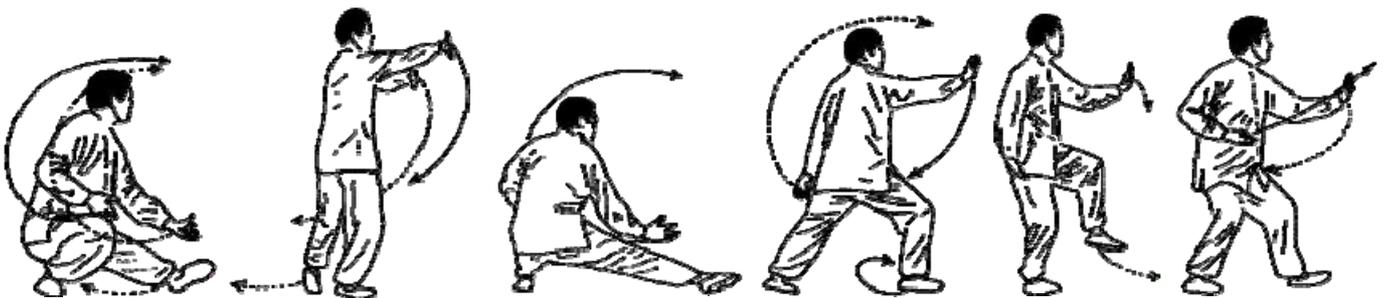
Marche en oblique



58

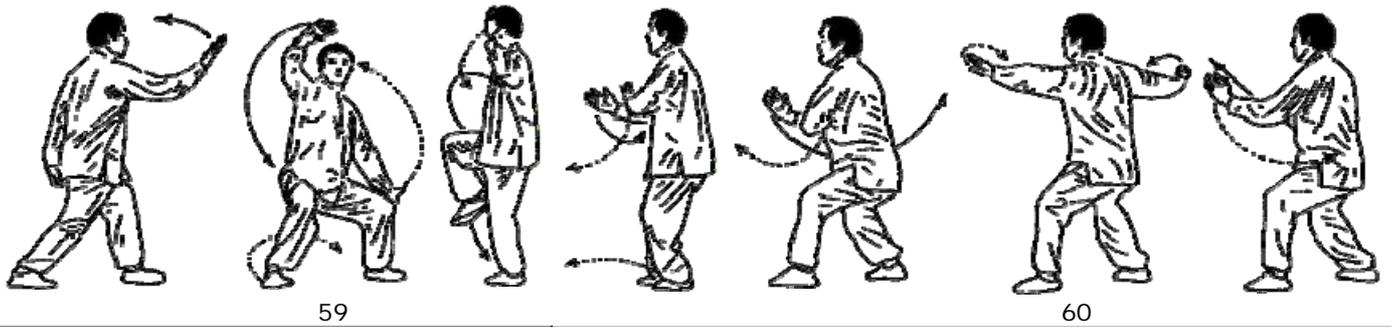
Marche en oblique

59



59

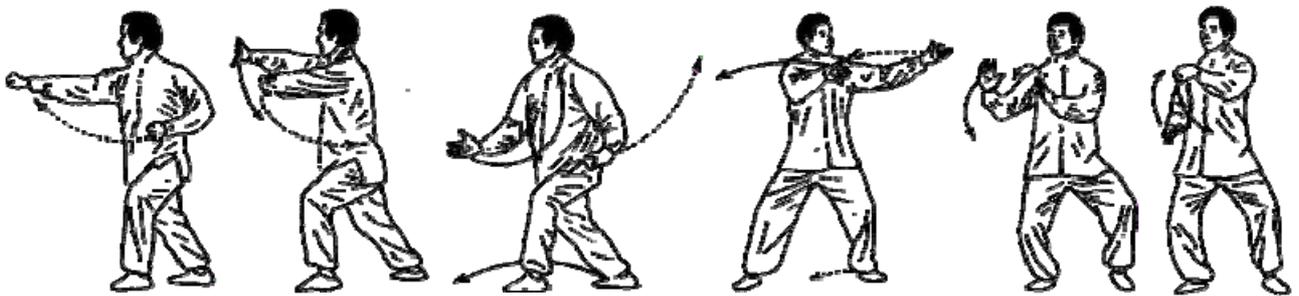
L'éclair traverse le dos



59

60

Coup de poing couvert par la main



60

61

62

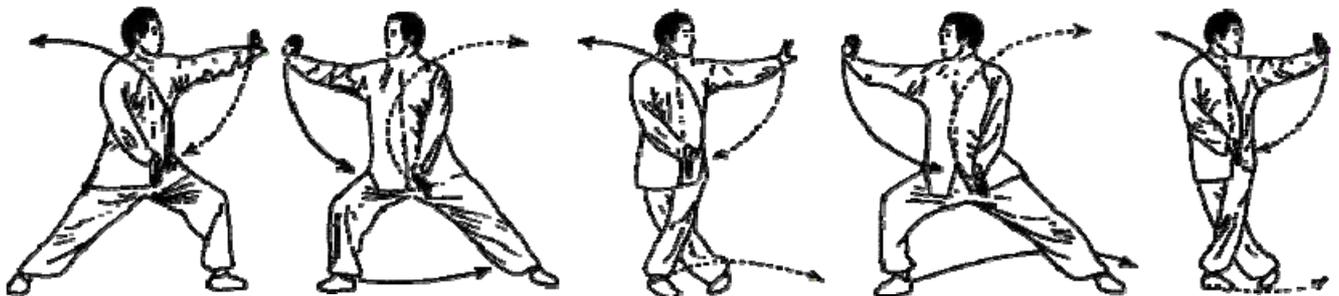
6 Verrouillages et 4 Fermetures



62

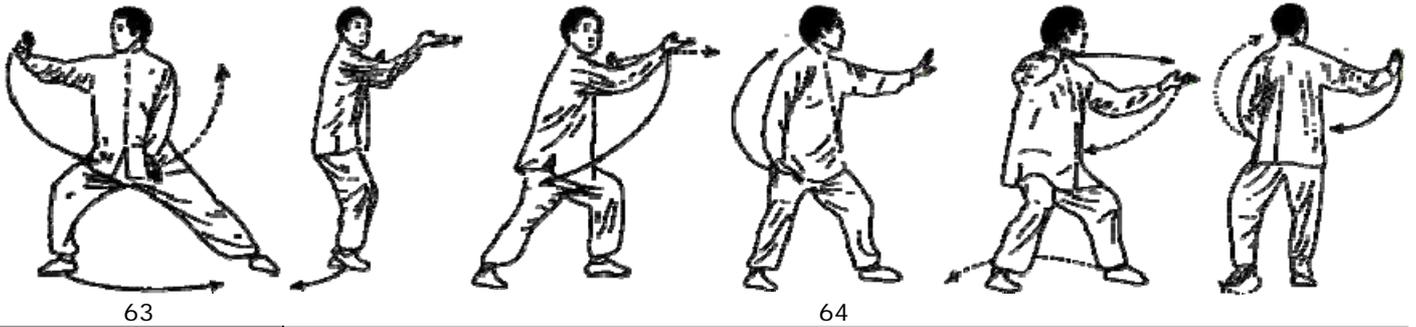
Simple fouet

Sixième Partie

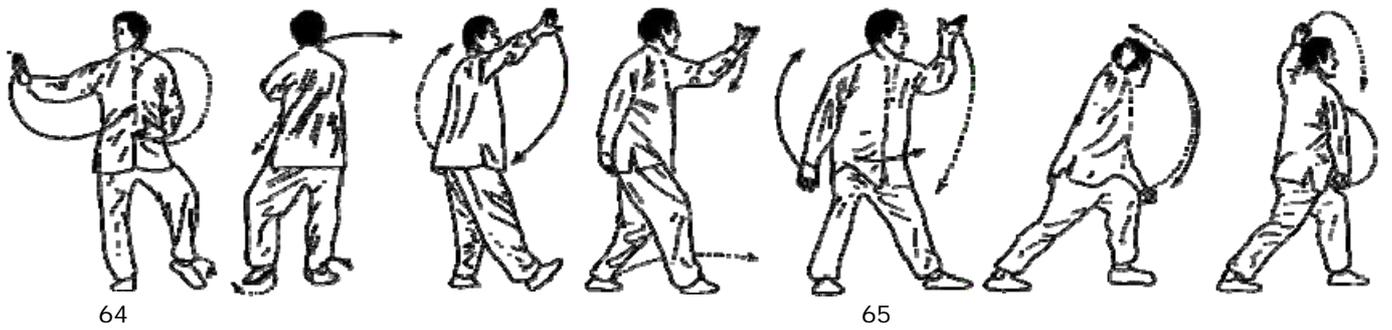


63

Mouvoir les mains comme les nuages



63 64
Flatter l'encolure du cheval

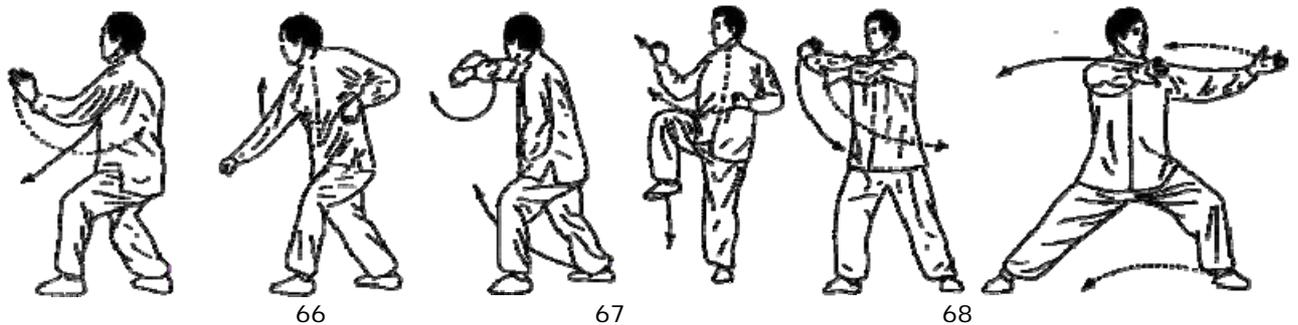


64 65
Croiser les pieds et balayer le lotus



65 66
Croiser les pieds et balayer le lotus

Coup de poing vers le bas ventre



66 67 68
Coup de poing vers le bas ventre

Le singe offre un fruit

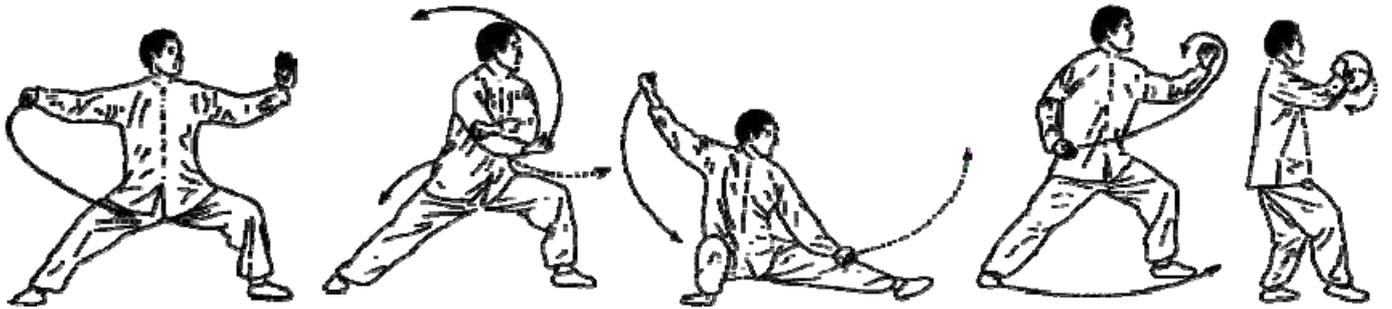
6 Verrouillages et 4 fermetures



68

69

Simple fouet



69

70

71

Le dragon rampant au sol

Pas en avant et former les sept



71

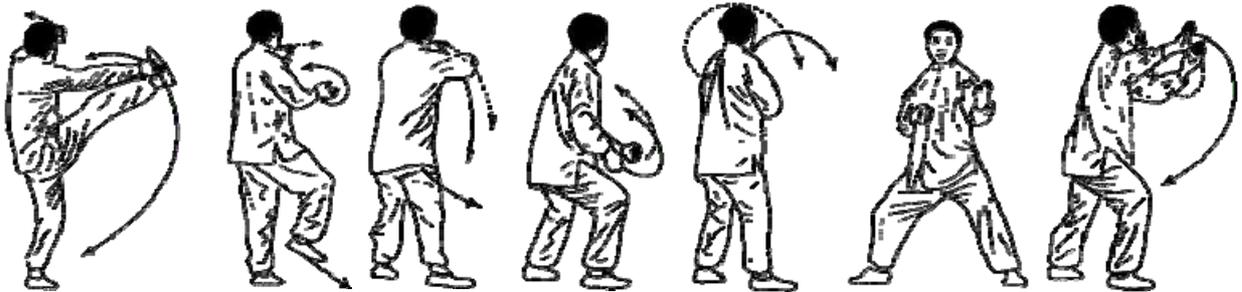
72

73

étoiles

Reculer et chevaucher le tigre

Balayer le



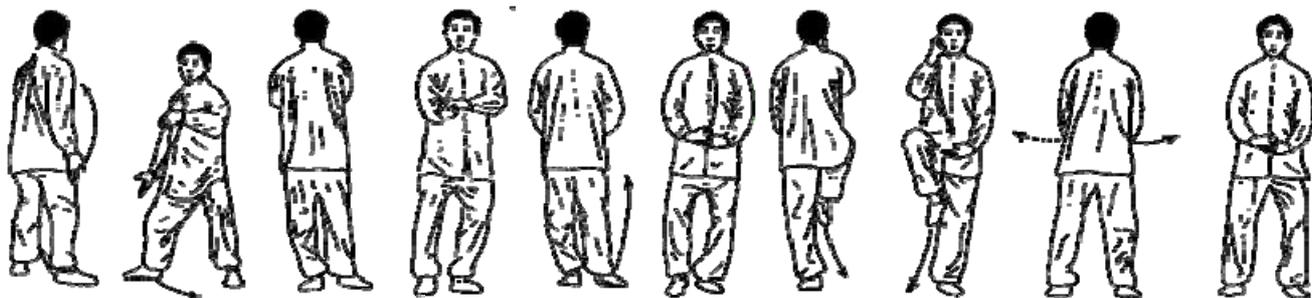
73

74

75

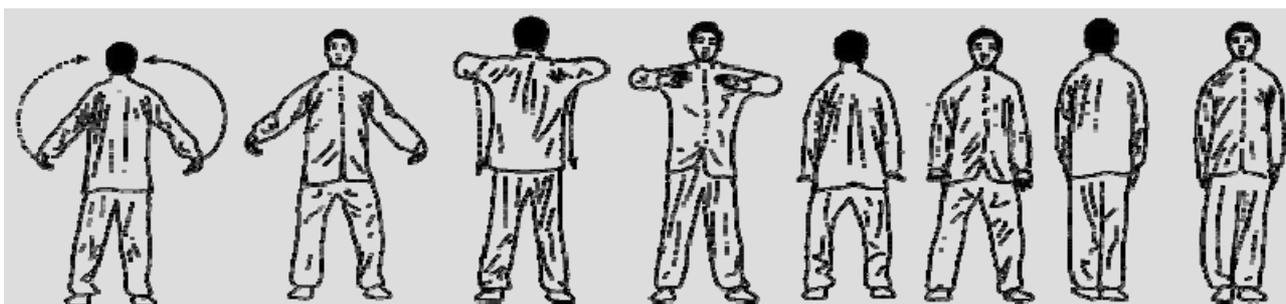
Lotus deux fois

Le canon sur la tête



75

Le gardien céleste pile le mortier



76

Fermeture de la forme