

## Tai Ji Jian (34)

# 太极剑

34 mouvements style Yang

1	qǐ shì	起势	ouverture
2	bìng bù diǎn jiàn	并步点剑	pieds joints, pointer l'épée
3	dú lì fǎn cì	独立反刺	sur un pied, piquer à l'envers
4	pú bù héng sǎo	匍步横扫	en position du serpent, balayer latéralement
5	yòu yún mó	右云抹	l'épée comme les nuages – à droite
6	jìn bù píng cì	进步平刺	avancer d'un pas et piquer horizontalement
7	suō shēn xié dài	缩身斜带	tirer l'épée vers soi et couper en diagonale
8	tí xī pěng jiàn	提膝捧剑	prendre l'épée genou levé
9	dēng jiǎo qián cì	蹬脚前刺	piquer vers l'avant avec coup de talon
10	tiào bù píng cì	跳步平刺	piquer à plat en sautant
11	zhuǎn shēn xià cì	转身下刺	piquer vers le bas en tournant
12	chè bù fǎn jī	撤步反击	reculer et frapper en revers
13	gōng bù píng zhàn	弓步平斩	trancher à l'horizontal en position Arc et Flèche
14	xiē bù yā jiàn	歇步压剑	rabattre l'épée en pas croisé
15	jìn bù jiǎo jiàn	进步绞剑	cercle avec l'épée en avançant
16	tí xī shàng cì	提膝上刺	piquer vers le haut genou levé
17	xū bù xià jié	虚步下截	intercepter vers le bas en pas vide

18	yòu píng dài	右平带	couper à plat à droite
19	zǒu píng dài	左平带	couper à plat à gauche
20	dú lì shàng tuō	独立上托	porter l'épée vers le haut debout sur un pied
21	guà jiàn qián diǎn	挂剑前点	crocheter avec l'épée et pointer en avançant
22	xiē bù pēng jiàn	歇步崩剑	bloquer vers le bas avec l'épée en pas croisé
23	jìn bù fǎn cì	进步反刺	avancer et piquer en se retournant
24	dú lì lún pī	独立轮劈	sur un pied, faire une rotation avec l'épée et fendre
25	zhuǎn shēn gōng bù pī jiàn	转身弓步劈剑	en position Arc et Flèche, tourner et fendre
26	xū bù huí chōu	虚步回抽	en position du pas vide, cacher l'épée
27	bìng bù píng cì	并步平刺	les pieds joints, piquer horizontalement
28	yòu gōng bù lán	右弓步拦	bloquer en position Arc et Flèche à droite
29	zuǒ gōng bù lán	左弓步拦	bloquer en position Arc et Flèche à gauche
30	fǎn shēn huí pī	反身回劈	se retourner et fendre
31	dīng bù huí chōu	丁步回抽	en position du pas pointé, ramener l'épée
32	xuán zhuǎn píng mǒ	旋转平抹	tourner et essuyer horizontalement
33	gōng bù zhí cì	弓步直刺	en position Arc et Flèche, piquer droit
34	shōu shì	收势	fermeture