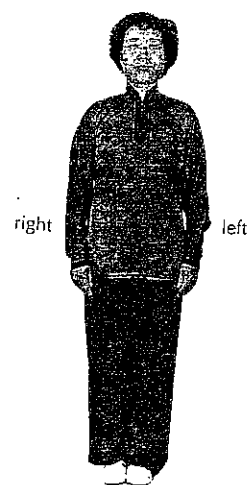
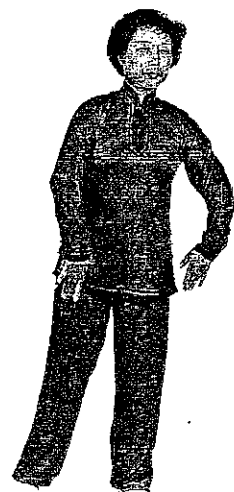


	準備	イーベイ	(yibei)	準備の型	Preparation form
--	----	------	---------	------	------------------



1	起勢	チーシ	(qishi)	始まりの型	Opening form
---	----	-----	---------	-------	--------------



2	右金剛搗碓	ヨウ チンカンドオトウイ	(youjingan daodui)	金の杵で臼を搗く	Golden guard stamping foot – right style
---	-------	--------------	--------------------	----------	--



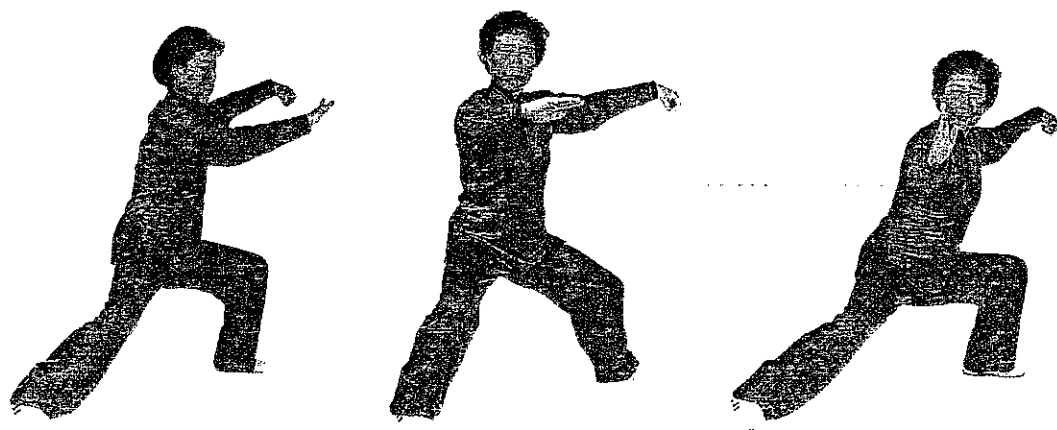
3	攪扎衣	ランザアイ	(lanzayi)	衣服をゆつたりと結ぶ	Leisurely tying coat
---	-----	-------	-----------	------------	----------------------



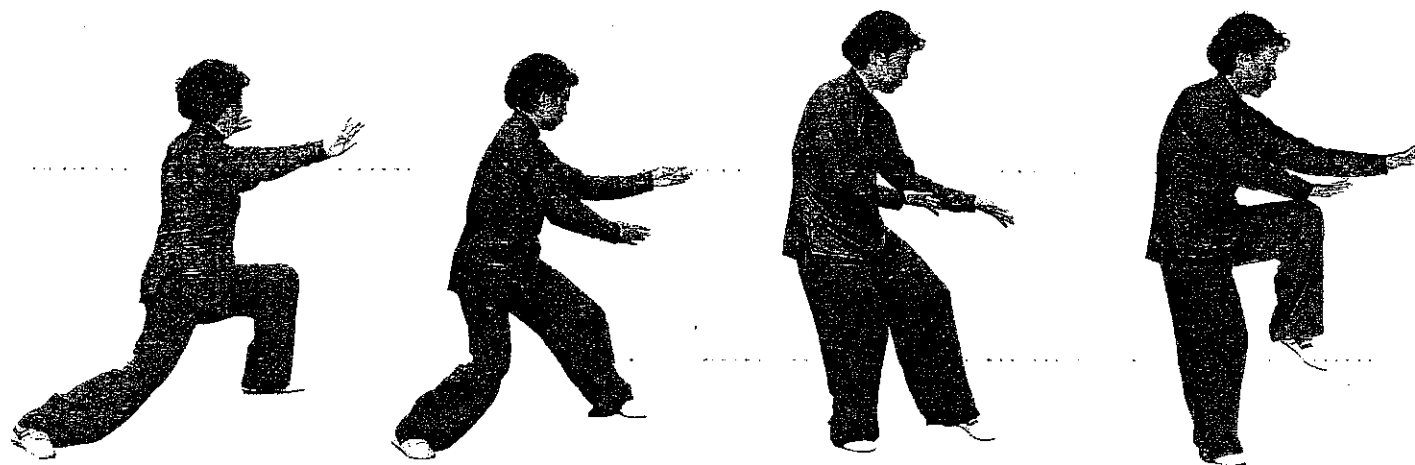
4	白鶴亮翅	バイフウリヤンチ	(baihe lianchi)	白鶴が翅を広げる	White crane flashing wings
---	------	----------	-----------------	----------	----------------------------



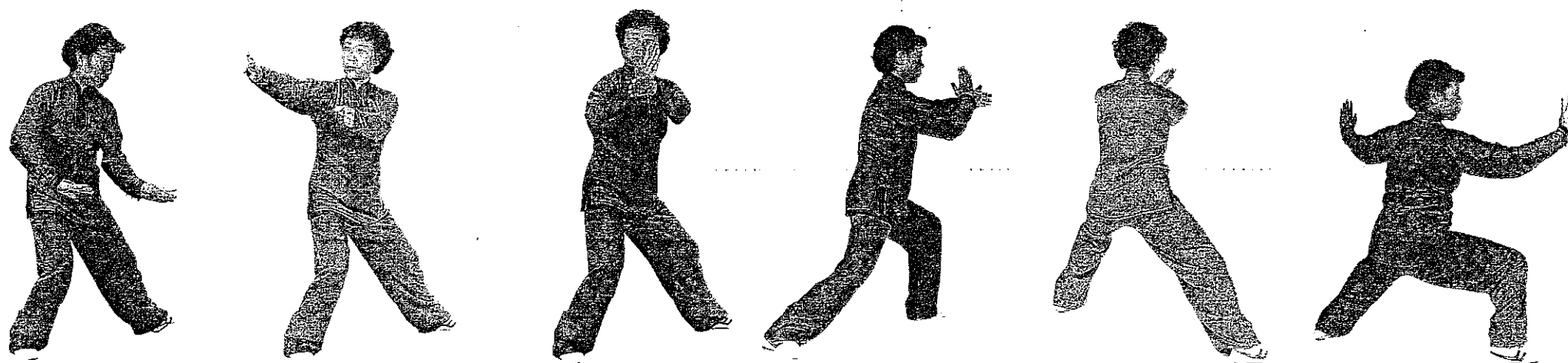
5	斜行拗歩	シェシン アオブ	(xiexing aobu)	斜めに歩く	Step diagonally forward and twist step
---	------	----------	----------------	-------	--



6	堤収	ティショウ	(tishou)	膝をもちあげて押し出す	Lift knee and withdraw hands
---	----	-------	----------	-------------	------------------------------



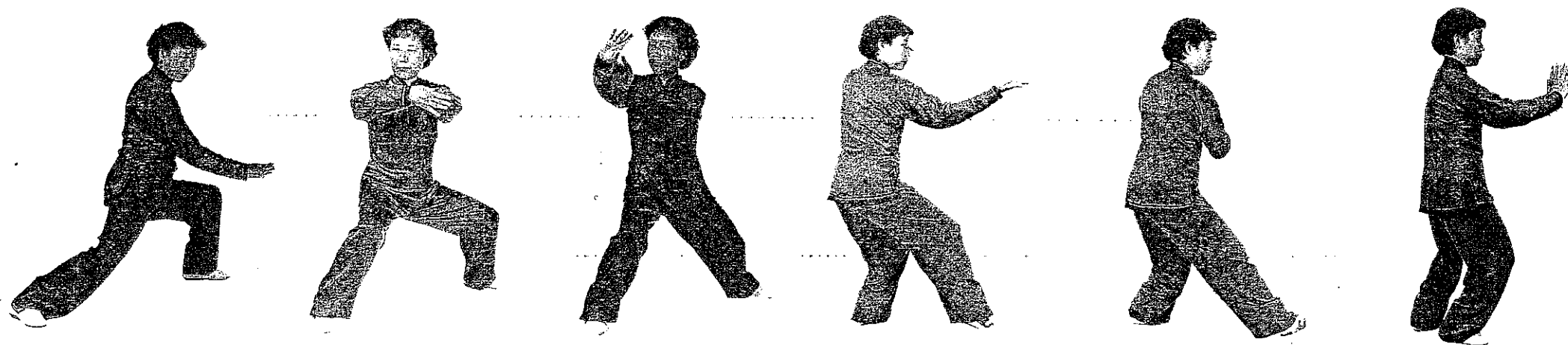
7	前タン	チェンタン	(gian tang)	前方に波状に素早く踏み込む	Forward block
---	-----	-------	-------------	---------------	---------------



8	掩手肱捶	イェンスウオ ゴンツイ	(yanshou gongchui)	手を隠し、拳を肘から打ち出す	Cover with hand and punch with fist
---	------	-------------	--------------------	----------------	-------------------------------------



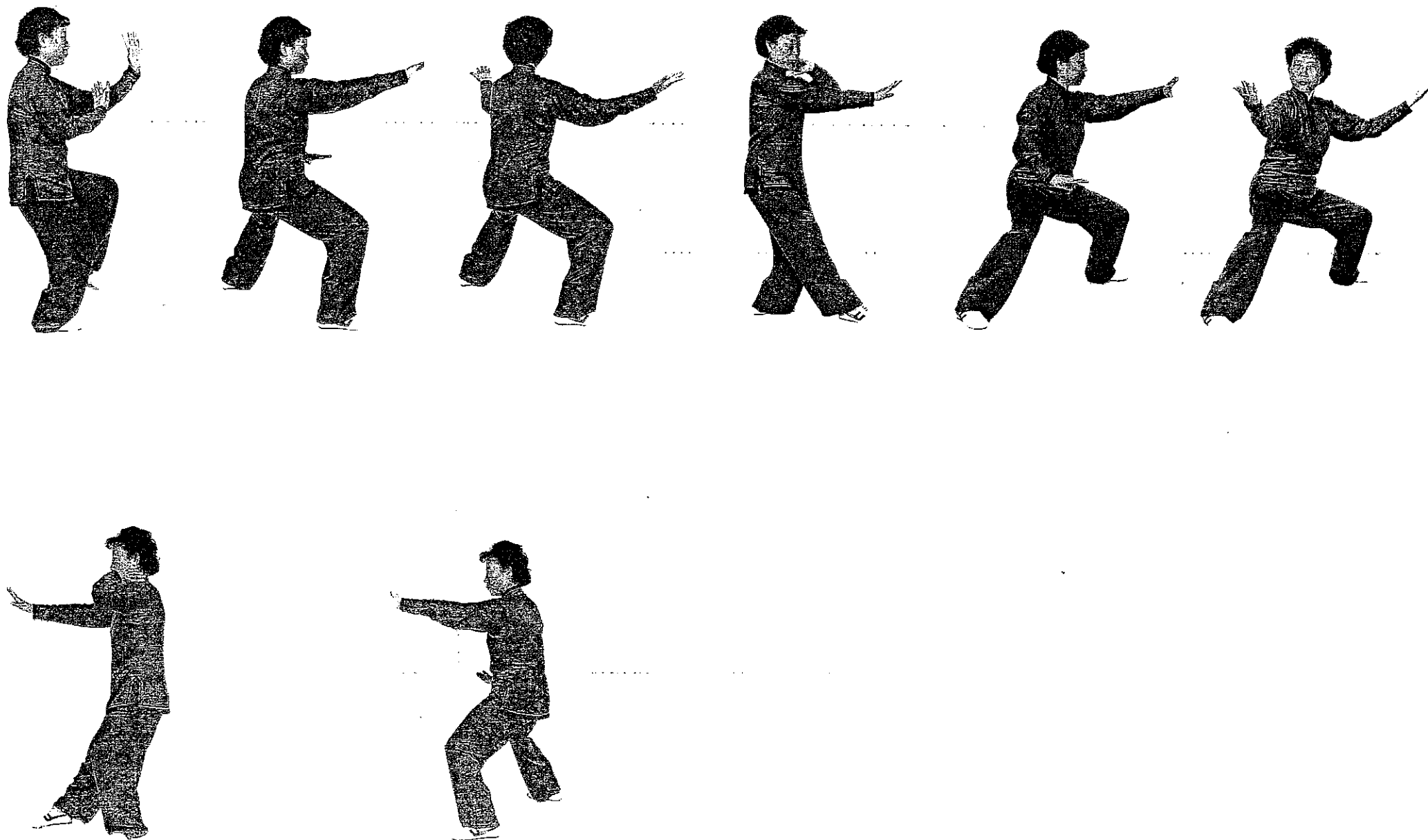
9	双推手	スアントウイショウ	(shuang tuishou)	両手で押し出す	Double push hands
---	-----	-----------	------------------	---------	-------------------



10	肘底捶	チョウディツイ	(zhouditui)	肘の底から拳を打ち出す	Punch underneath elbow
----	-----	---------	-------------	-------------	------------------------



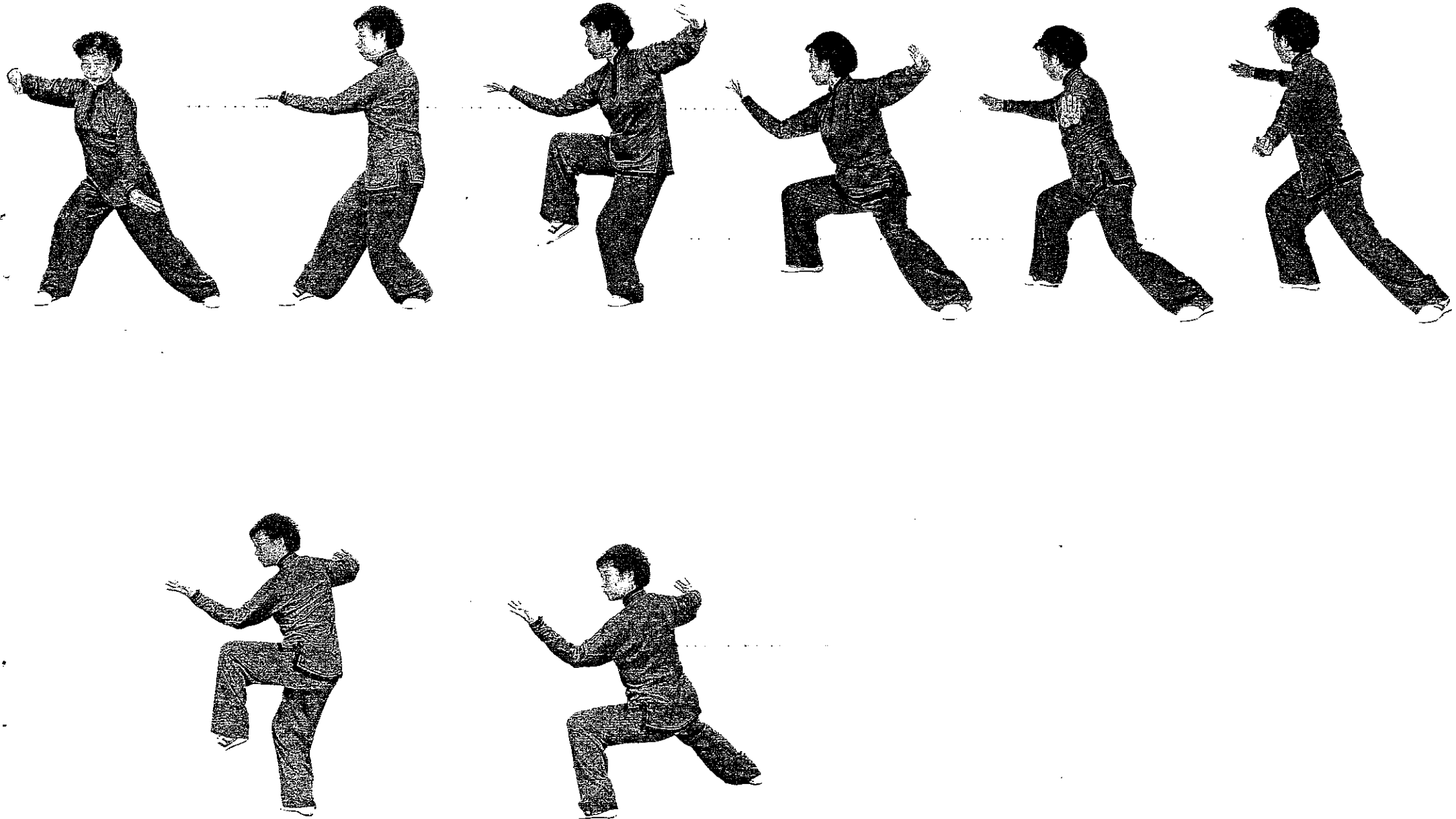
11	倒卷肘	ダオジュエンゴン	(daojuanggon)	肘を巻き込みながら後方に退く	Repulse monkey
----	-----	----------	---------------	----------------	----------------



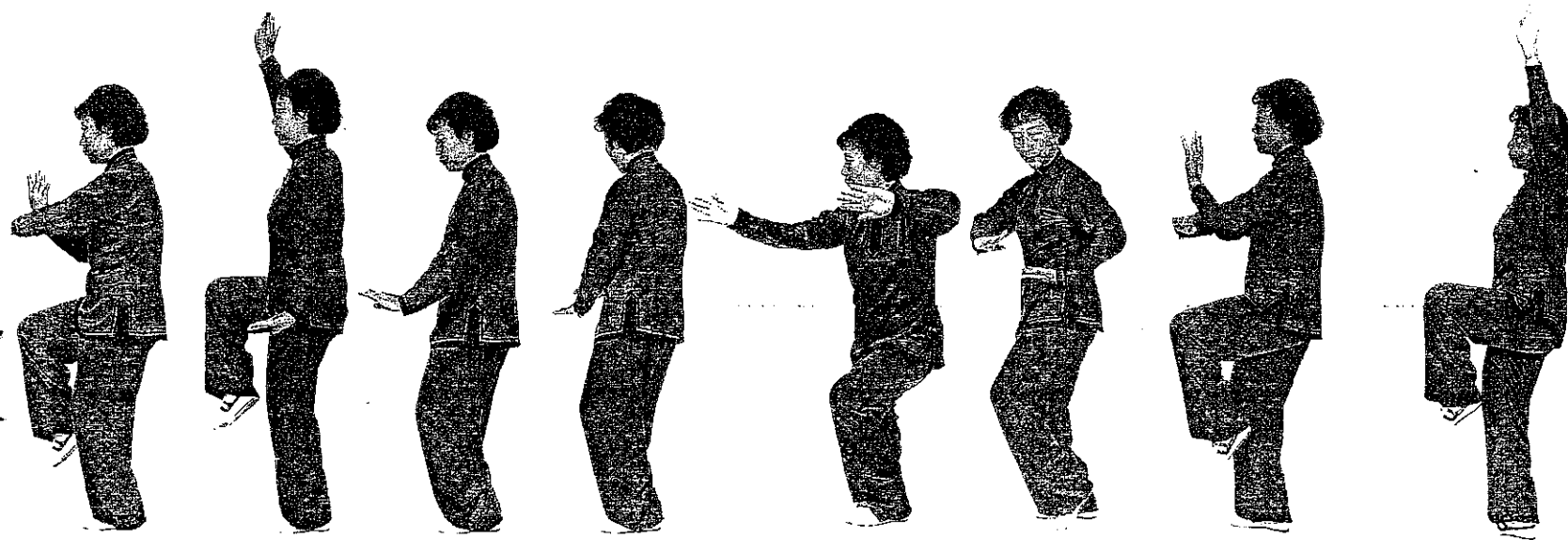
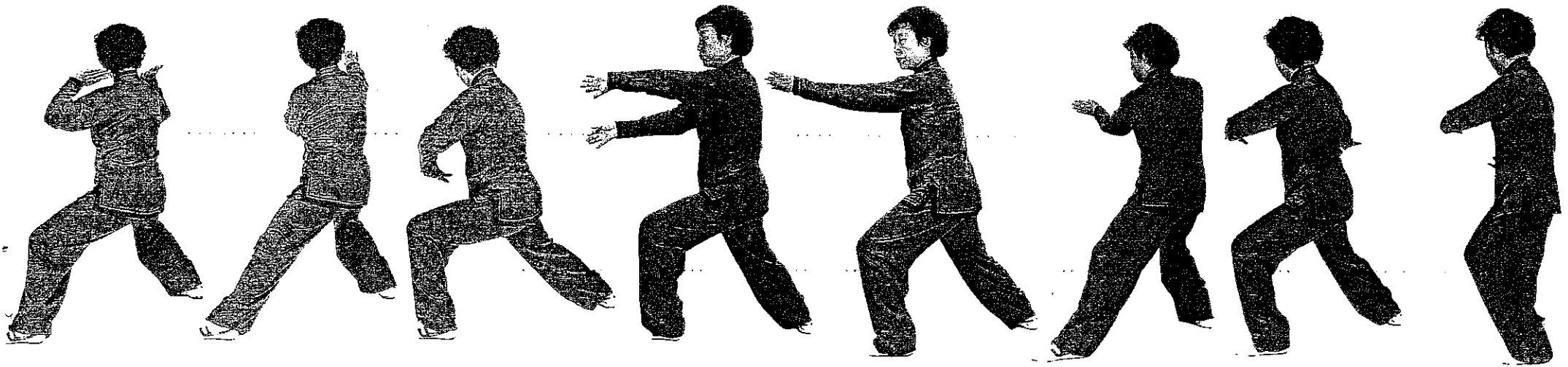
12	退歩圧肘	トイプ ヤーチョウ	(tuibu yazhou)	肘を押さえつけて後方に退く	Step back and press elbow
----	------	-----------	----------------	---------------	---------------------------



13	左・右野馬分ゾン	ツウオ・ヨウ イエマフェンゾン	(yema fenzong)	馬のたてがみを分ける	Left and right parting wild horse's mane
----	----------	-----------------	----------------	------------	--



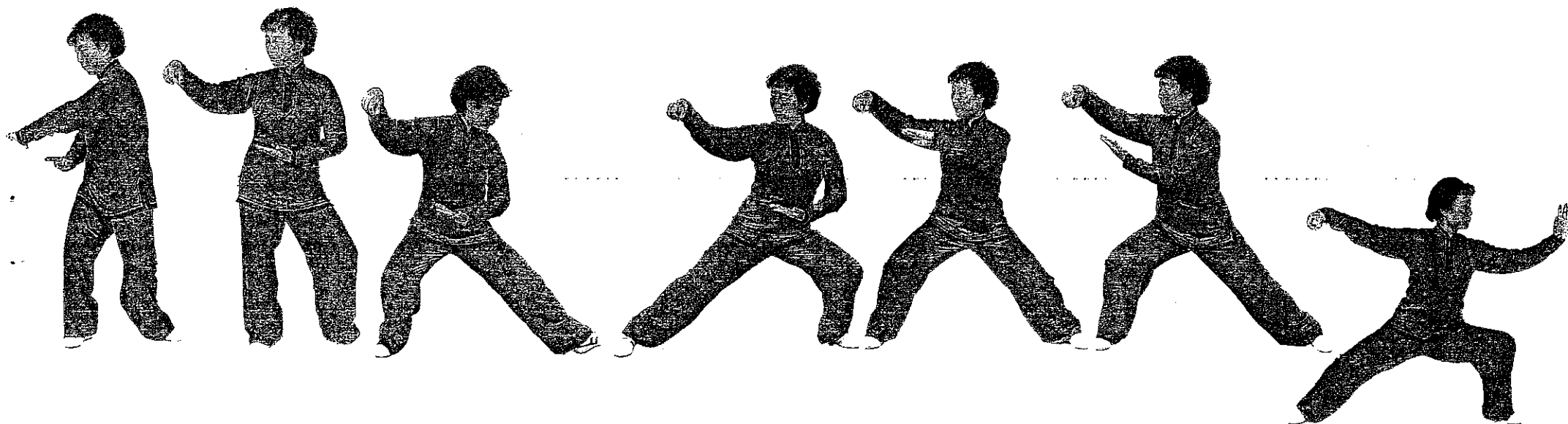
14	左・右金鶏独立	ツウオ・ヨウ チンチドウリイ	(jingji duli)	金の鶏が片足で立つ	Left and right golden cock standing on one leg
----	---------	----------------	---------------	-----------	--



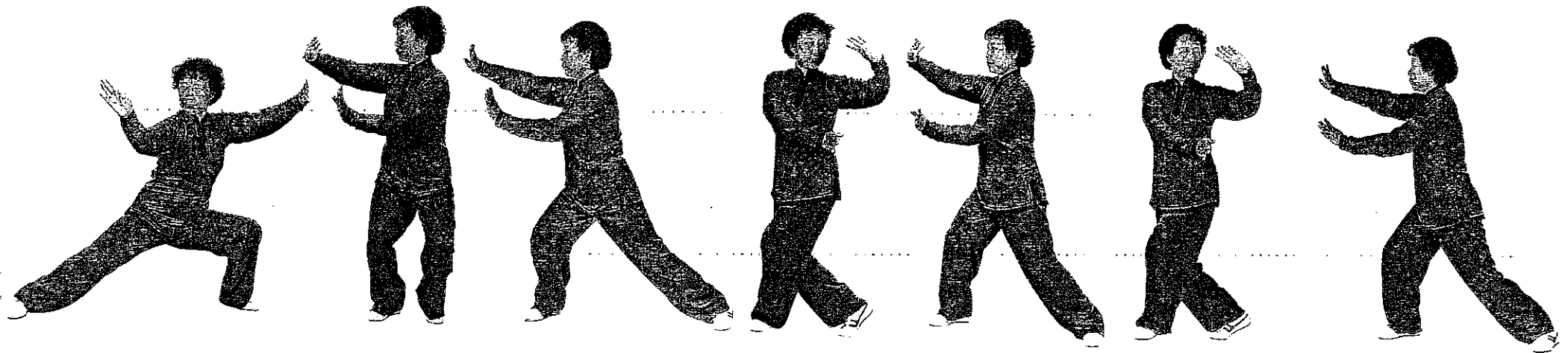
15	右六封四閉	ヨウ リュウフオンスウヒ	(lufengsibi)	閉じる型	Six blocking and four closing – right style
----	-------	--------------	--------------	------	---



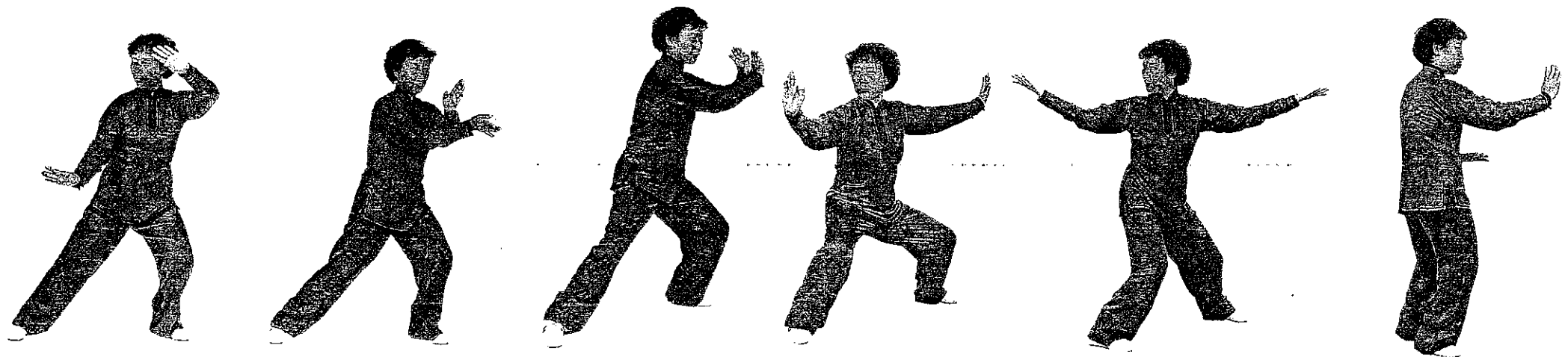
16	左単鞭	ゾウオ タンビエン	(danbian)	鞭の型	Single whip – left style
----	-----	-----------	-----------	-----	--------------------------



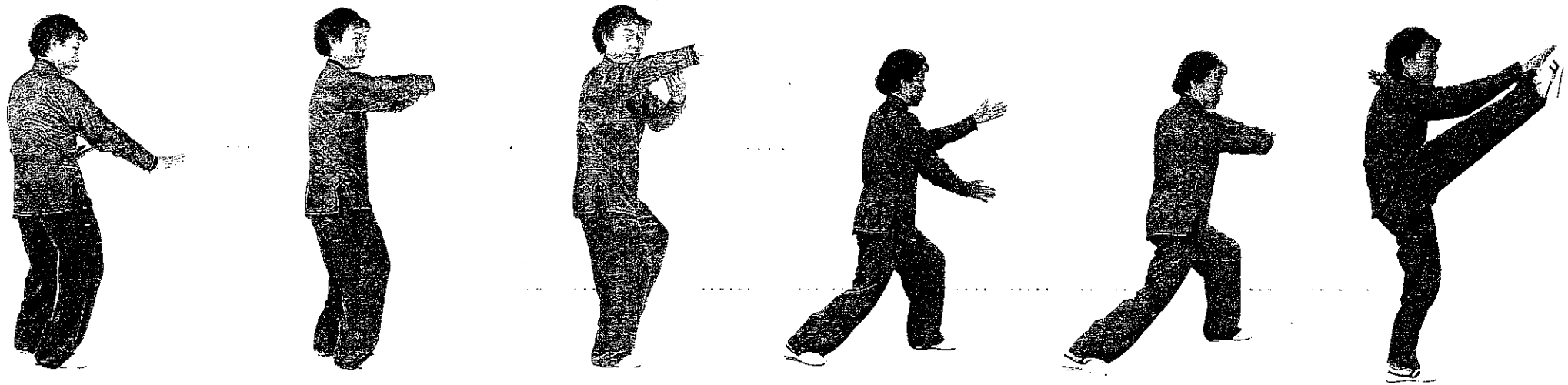
17	雲手	ユインショウ	(yunshou)	両手で雲を押し出す	Waving hands like clouds
----	----	--------	-----------	-----------	--------------------------



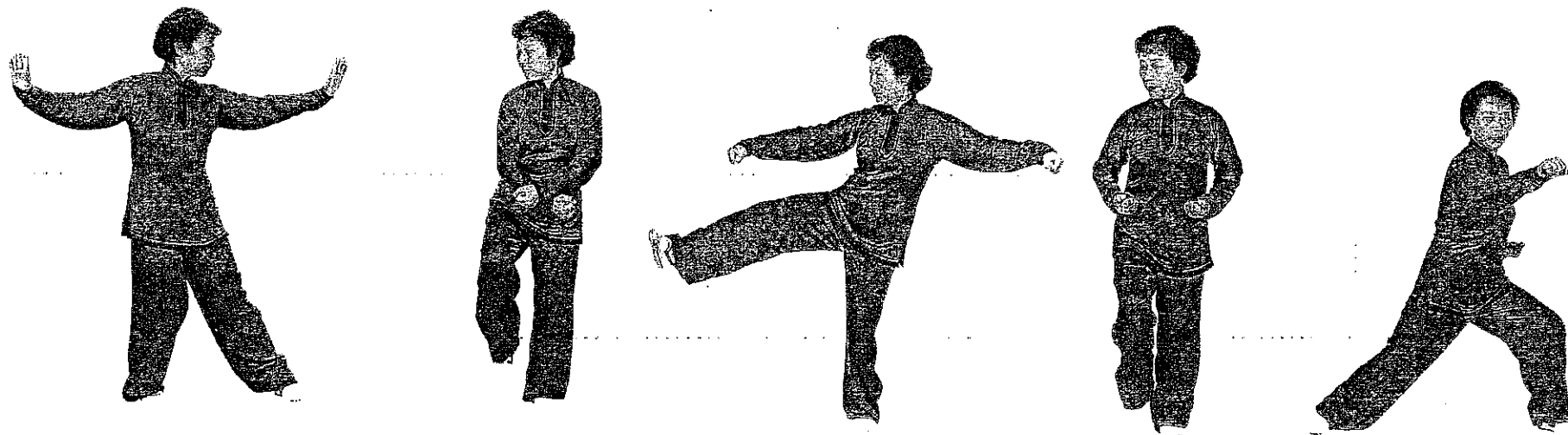
18	高探馬	ガオタンマ	(gaotanma)	馬の背から辺りを探る	High pat on horse
----	-----	-------	------------	------------	-------------------



19	右・左擦脚	ヨウ・ツウオ ジャジャオ	(cajiao)	足で蹴り上げる	Left and right patting foot
----	-------	--------------	----------	---------	-----------------------------



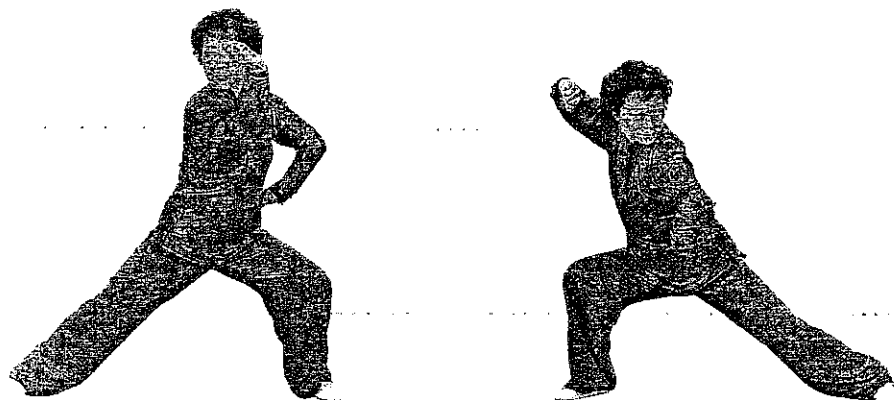
20	ドンー根	ドンイゴン	(deng yigen)	右踵で蹴り出す	Kicking with one leg
----	------	-------	--------------	---------	----------------------



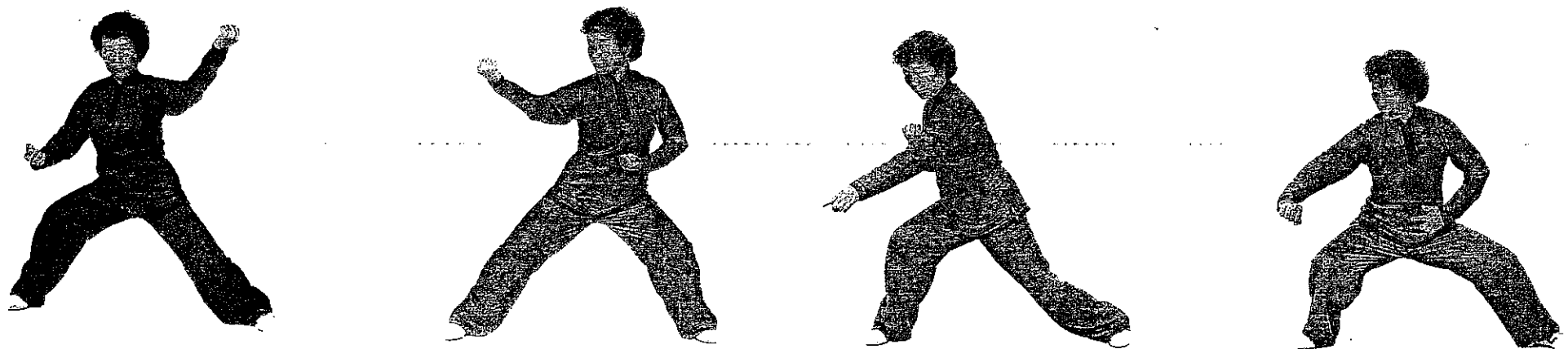
21	被身捶	ピシエンツイ	(pishengchui)	手繰った衣服越しに打ち出す	Fists draping over body
----	-----	--------	---------------	---------------	-------------------------



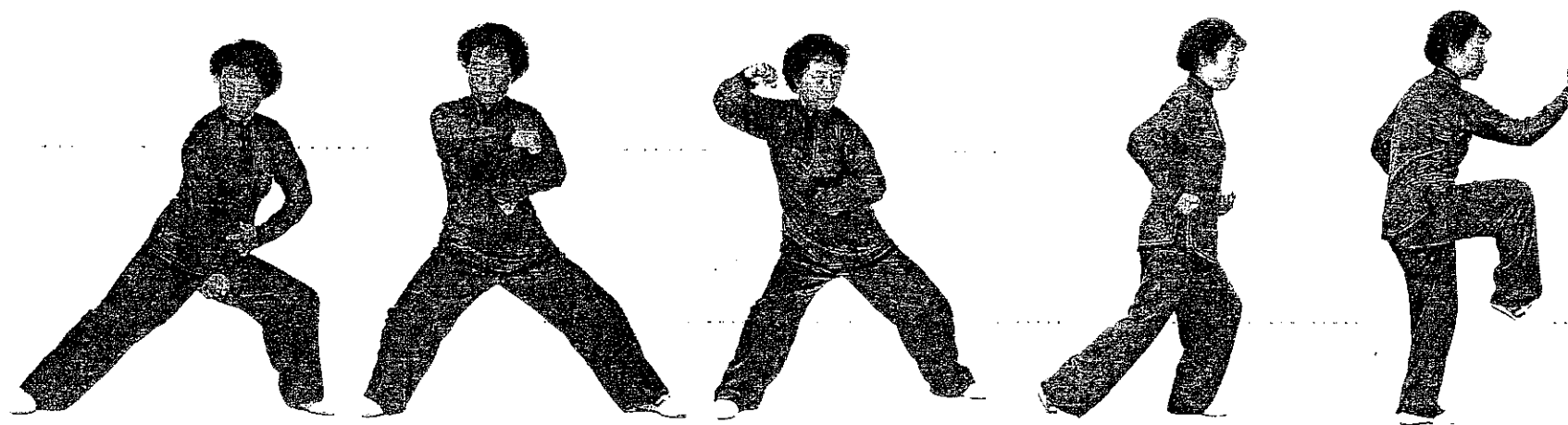
22	背折靠	ペイチャガオ	(beizhe kao)	背中を用いて後方に稲妻のように攻める	Back twist with shoulder and elbow punch
----	-----	--------	--------------	--------------------	--



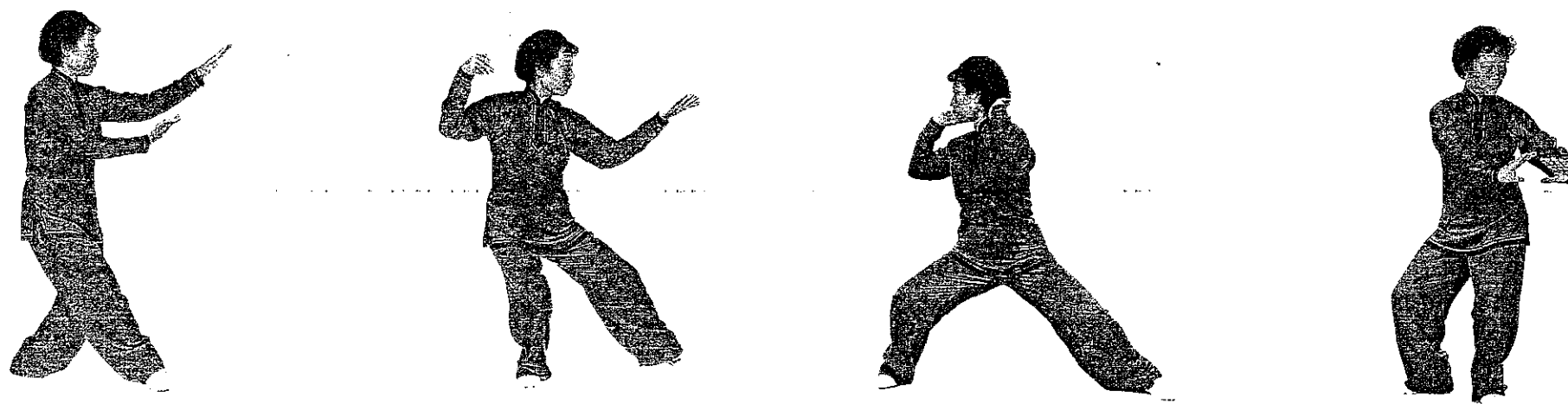
23	青竜出水	チンロンチュウスイ	(jinglong chushui)	青い龍が水から出る	Green dragon emerging from the water
----	------	-----------	--------------------	-----------	--------------------------------------



24	白猿献果	バイユエンシエングウオ	(baiyuan xianguo)	白猿が果物を捧げ出す	White gorilla offering fruit
----	------	-------------	-------------------	------------	------------------------------



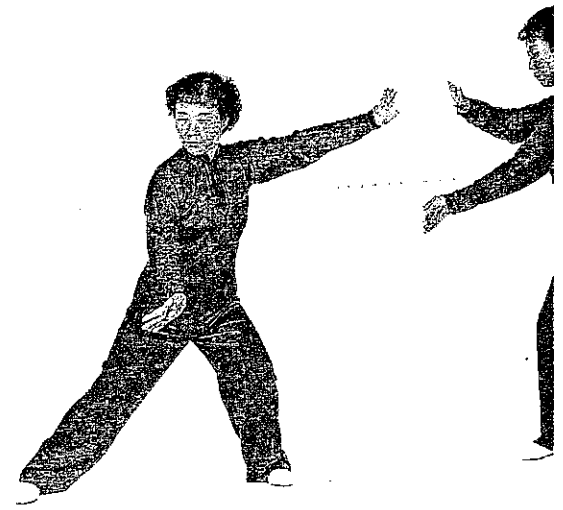
25	左六封四閉	ゾウオ リュウフオンズウビ	(liufengsibi)	閉じる型	Six blocking and four closing – left style
----	-------	---------------	---------------	------	--



26	右単鞭	ヨウ タンビエン	(danbian)	鞭の型	Single whip - right style
----	-----	----------	-----------	-----	---------------------------



27	双震脚	スアンチエン
----	-----	--------



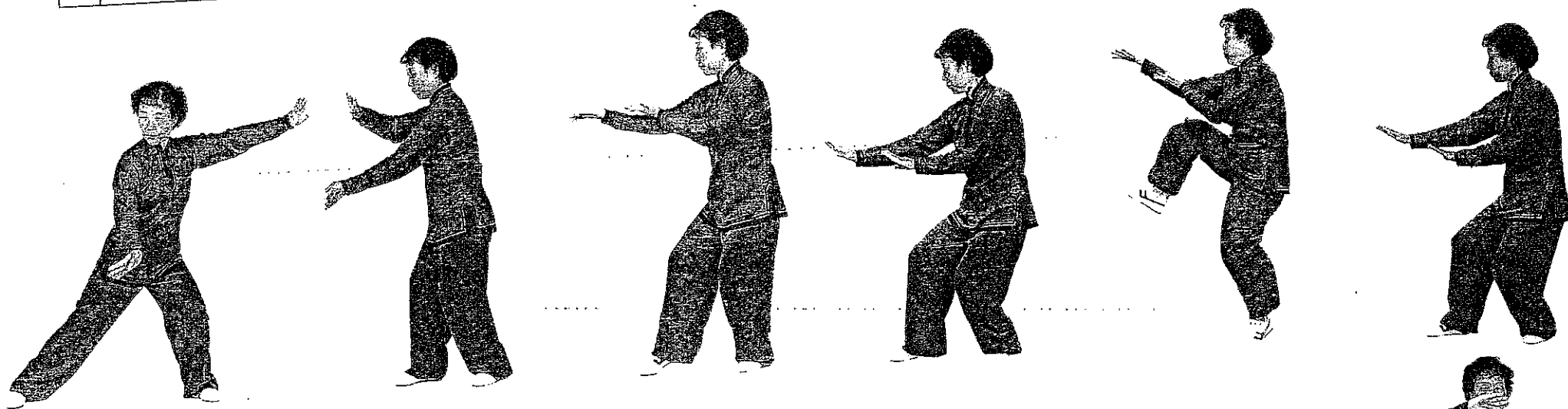
28	玉女穿梭	ユイニ
----	------	-----



26	右単鞭	ヨウ タンビエン	(danbian)	鞭の型	Single whip – right style
----	-----	----------	-----------	-----	---------------------------



27	双震脚	スアンチエンジャオ	(shuang zhenjiao)	両足を持ち上げてから踏みおろす	Double stamping feet
----	-----	-----------	-------------------	-----------------	----------------------



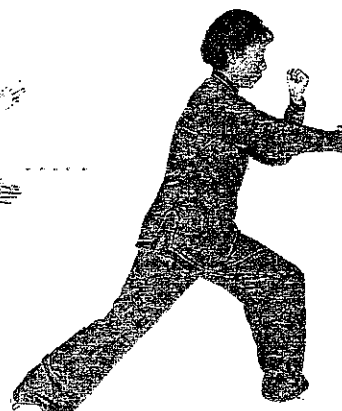
28	玉女穿梭	ユイニュチュアンスウオ	(yunu chuansuo)	美女が機織をしている	Fair lady working at the shuttles
----	------	-------------	-----------------	------------	-----------------------------------



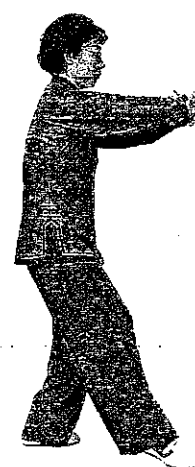
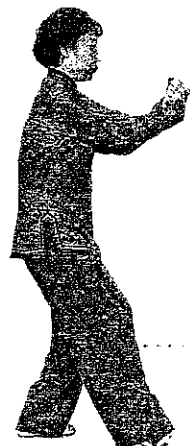
29	獣頭勢	ショウトウシイ	(shoutoushi)	獣の頭を抱え込む	Beast's head pose
----	-----	---------	--------------	----------	-------------------



30	雀地竜	チュエディロン	(quedilong)	龍が地を這う	Dragon on the ground
----	-----	---------	-------------	--------	----------------------



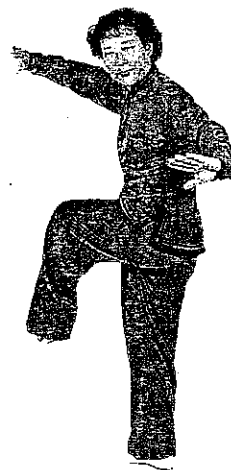
31	上歩七星	シャンブチイシン	(shangbu qixing)	一歩踏み出し七つの力を集めて攻める	Step forward seven stars
----	------	----------	------------------	-------------------	--------------------------



32	退歩跨虎	トウイブ クワフウ	(duibu kuahu)	後方に一歩退き、虎の背に乗る	Step backward riding tiger
----	------	-----------	---------------	----------------	----------------------------



33	轉身バイ蓮	ヅウアンセン バイエリン	(zhungshen bailian)	体を回し、蓮の花のように足を円く振る	Turn body, lotus kick
----	-------	--------------	---------------------	--------------------	-----------------------



34	当頭炮	タンドウパオ	(dan toupao)	大砲のように力強く打ち出す	Forward cannon punch
----	-----	--------	--------------	---------------	----------------------



35	左金剛搗碓	ツウオ デンカンドオトウイ	(jingang daodui)	金の杵で臼を搗く	Golden guard stamping foot – left style
----	-------	---------------	------------------	----------	---



36	収式	ショウシ	(shoushi)	収める型	Closing form
----	----	------	-----------	------	--------------

