

A PROPOS DE N°10

TAOLU forme huit académique

一	yī	qǐ shì	起 勢	1	ouverture
二	er	yòu zuǒ tuīzhāng		2	Frapper de la paume droite puis gauche
三	sān			3	
四	sì	zuǒ yòu lǒu xī ào bù	左 右 搂 膝 拗 步	4	brosser le genou à gauche et à droite
五	wǔ			5	
六	liù	zuǒ yòu yé mǎ fēn zōng	左 右 野 马 分 鬃	6	séparer la crinière du cheval à gauche et à droite
七	qī			7	
八	Bā	zuǒ yòu yún shǒu	云 手	8	mouvoir les mains comme des nuages vers la gauche puis vers la droite
九	jiǔ			9	
十	Shí	zuǒ yòu jīn jī dūlì		10	Le coq d'or sur une patte gauche puis droite
十一	shí yī			11	
十二	shí èr	yòu zuǒ dēng jiǎo	右 蹬 脚	12	Coup de pied avec le talon droit puis gauche
十三	shí sān			13	
十四	shí sì	yòu zuǒ lǎn què wěi	左 右 揽 雀 尾	14	Saisir la queue de l'oiseau à droite et à gauche
十五	shí wǔ			15	
十六	shí liù	shōu shì	收 勢	16	fermeture