

**Fédération d'Associations
Bourges Tai Chi Chuan
(FABTCC)**



TAI CHI CHUAN

Forme de l'épée

FORME DE L'ÉPÉE

- 1- Commencement
- 2- L'immortel montre le chemin
- 3- Trois anneaux entourent la lune
- 4- La grande ourse
- 5- L'hirondelle rase l'eau
- 6- Balayer à droite, à gauche
- 7- La petite ourse
- 8- L'hirondelle retourne au nid
- 9- Le chat agile attrape la souris
- 10- Le phénix dresse la tête
- 11- L'abeille jaune revient à la ruche
- 12- Le phénix déploie l'aile droite
- 13- La petite ourse
- 14- Le phénix déploie l'aile gauche
- 15- Attendre le poisson
- 16- Le dragon avance à gauche, à droite
- 17- L'oiseau retourne dans le bois pour dormir
- 18- Le dragon noir remue la queue
- 19- Le dragon bleu sort de l'eau
- 20- Le vent tourne les feuilles de lotus
- 21- Le lion remue la tête à gauche, à droite
- 22- Le tigre dresse la tête
- 23- Le cheval sauvage bondit au-dessus du ravin
- 24- Tourner et tirer sur les rênes
- 25- L'aiguille du compas
- 26- Secouer la poussière du chemin dans le vent
- 27- Pousser la bateau dans le courant
- 28- L'étoile filante poursuit la lune
- 29- Le cheval céleste vole au-dessus d'une cascade
- 30- Lever le rideau de bambou
- 31- La roue de l'épée à gauche, à droite
- 32- L'hirondelle prend de la boue
- 33- L'oiseau roc déploie ses ailes
- 34- Tirer la lune du fond de la mer
- 35- Tenir la lune contre sa poitrine
- 36- Nasha mesure la profondeur de la mer
- 37- Le rhinocéros regarde la lune
- 38- Tirer sur l'oie sauvage

- 39- Le dragon bleu sort ses griffes
- 40- Le phénix déploie l'aile droite
- 41- Marcher par-dessus la barrière à gauche, à droite
- 42- Tirer sur l'oie sauvage
- 43- Le singe blanc offre des fruits
- 44- Les fleurs tombent à gauche, à droite
- 45- La fille de jade lance la navette
- 46- Le tigre blanc remue la queue
- 47- Le poisson saute dans l'antre du dragon
- 48- Le dragon noir s'enroule autour du pilier (à gauche, à droite)
- 49- L'immortelle montre le chemin
- 50- Lever un bâton d'encens
- 51- Le vent chasse les fleurs de prunier
- 52- Tenir une tablette d'ivoire
- 53- Prendre l'épée et retourner à l'origine