



YANG-TYYLIN TAIJIQUAN KLASSINEN 30 LIIKKEEN SARJA (IWUF 2013)

I Jakso

	Liikkeen nimi	Pinyin Chinese	English
1	Aloitussiike	Qǐ shì	Beginning Position
2	Viistottainen lento	Xié fēi shì	Diagonal Flying Posture
3	Tartu varpusen pyrstöön (oikea puoli)	Yòu lǎn què wěi	Grasp the Sparrow's Tail – Right
4	Piiska	Dān biān	Single Bian
5	Valkoinen kurki levittää siipensä	Báihè liǎng chì	White Crane Spreads Its Wings
6	Harjaa polvea ja työnnä (oikea ja vasen puoli)	Zuǒyòu lǒu xī yào bù	Brush Aside over the Knee in Reverse Forward Stance – Left and Right
7	Harjaa polvea ja lyö nyrkillä alavatsaan	Shàng bù zǎi chuī	Step Forward and Punch Downward
8	Villihevosen harjan jakaminen (oikea ja vasen puoli)	Zuǒyòu yěmǎ fēn zōng	Part the Wild Horse's Mane – Right and Left
9	Käänny ympäri, lyö nyrkillä ja työnnä (Valkoinen käärme sylkee myrkkyä)	Piē shēn chuí (Fānshēn Báishé Tǔxìn)	Turn Around, Punch and Push (White Snake Spits Out Tongue)
10	Nyrkki kyynärpään alla	Zhǒu dǐ chuī	Fist Under Elbow

II Jakso

11	Astu taakse ja torju apina (oikea ja vasen puoli)	Zuǒyòu dào juǎn hóng	Drive the Monkeys Back – Right and Left
12	Poimi neula merenpohjasta	Hǎi dǐ zhēn	Needle at the Bottom of the Sea
13	Kädet kuin viuhka	Shǎn tōng bì	Send a Flash Through the Arms
14	Pilvikädet	Yún shǒu	Move the Hands like Clouds
15	Kaunis nainen heittää sukkulaa (oikea ja vasen puoli)	Zuǒyòu jǐnbù yúnu chuānsuō	Jade Maiden Moves the Suttle – Right and Left
16	Oikea kantapäätötku	Yòu dēn gǎiǎo	Kick with the Right Heel
17	Lyö vastustajaa korville	Shuāng fēng guān ěr	Strike Opponent's Ear with Both Fists
18	Vasen varvaspotku	Zuǒ fēn jiǎo	Separate the Left Foot (Toe Kick)
19	Käänny ympäri ja slap-potku oikealla jalalla	Zhuǎn shēn pāijiǎo	Turn the Body and Pat the Right Foot
20	Käänny ympäri kesyttääksesi tiikerin (vasen ja oikea puoli)	Zuǒyòu pīshēn fúhu	Turn Around to Tame the Tiger – Left and Right
21	Piiska	Dān biān	Single Bian

III Jakso

22	Käärme ryömii alas	Xià shì	Push Down
23	Risti nyrkit, tyhjä asento päkiällä (Astu seitsemään tähteen)	Shàngbù qīxīng	Step Forward and Seven Stars
24	Astu taakse ratsastaaksesi tiikerillä	Tuìbù kuàhu	Step Back to Ride the Tiger
25	Käänny ympäri ja lootus-potku	Zhuǎnshēn bǎi lián	Turn Around and Make a Lotus Swing Kick
26	Jännittynyt jousi ampuu tiikeriä	Wāngōng shèhu	Draw the Bow and Shoot the Tiger
27	Astu, torju ja lyö	Jǐnbù bǎn lán chuī	Step In, Deflect, Block and Punch
28	Sulkeudu kuin seinä	Rúfēng sībì	Pull Back then Push, As if to Close
29	Risti kädet	Shízì shǒu	Cross Hands
30	Lopetusliike	Shōu shì	Closing Position