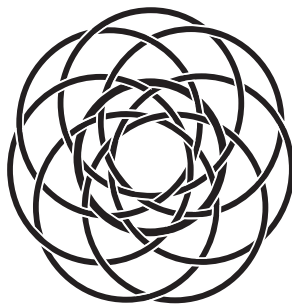


FORME FAMILIALE



TUNG FAMILY TAICHI CHUAN

TAICHI CHUAN TUNG FORME FAMILIALE

- 01 – Preparatory position
- 02 – T'ai chi chuan, starting movement
- 03 – Grasp and tuck in the gown / **Fast**
- 04 – Single whip / **Fast**
- 05 – Closing energy / **Slow**
- 06 – Divine crane spreads its wings / **Pause**
- 07 – Holding the pipa / **Slow**
- 08 – Turning the pipa / **Slow**
- 09 – Splitting palm / **Fast**
- 10 – Jumping and punch down / **Fast**
- 11 – Circle and seal continuously / **Fast**



05



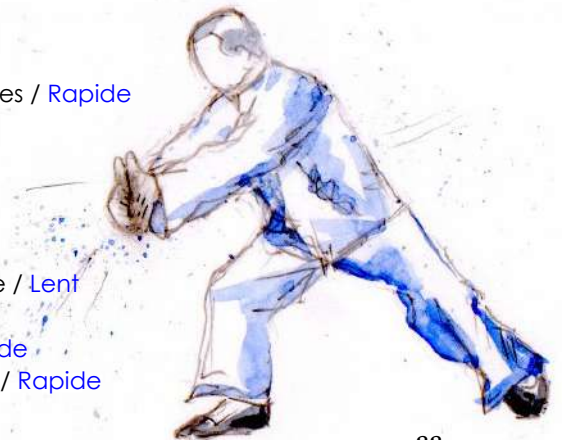
10

- Position de départ – 01
- Début – 02
- Saisir et replier le vêtement / **Rapide** – 03
- Simple fouet / **Rapide** – 04
- L'énergie rassemblée / **Lent** – 05
- La grue divine déploie ses ailes / **Pause** – 06
- Tenir le pipa / **Lent** – 07
- Tourner le pipa / **Lent** – 08
- La paume qui fend / **Rapide** – 09
- Saut et coup de poing vers le bas / **Rapide** – 10
- Cercles et sceller en continu / **Rapide** – 11



16

- Leopard and tiger return to the caves / **Fast** – 12 – Le léopard et le tigre rentrent aux cavernes / **Rapide**
- Winnowing movement / **Slow** – 13 – Remuer les grains / **Lent**
- Dodging forward and backward / **Circle** – 14 – Esquive en avant et en arrière / **Cercle**
- Big roc elevates in the air / **Jump** – 15 – L'oiseau Peng suspendu dans l'air / **Saut**
- Punch ribs with hammer / **Slow** – 16 – Coup de poing marteau / **Lent**
- White ape dodges away / **Slow** – 17 – Le singe blanc esquive / **Lent**
- phoenix spreads its wings slantingly / **Slow** – 18 – Le phoenix déploie ses ailes en diagonale / **Lent**
- Grab and punch / **Fast** – 19 – Saisir et coup de poing / **Rapide**
- Turn back and press with fist / **Fast** – 20 – Retourner et presser avec le poing / **Rapide**
- Step forward, grab and repress the gown / **Fast** – 21 – Pas en avant, saisir et replier le vêtement / **Rapide**



22

- 22 – Continual movement / **Fast**
- 23 – Circling up / **Fast**
- 24 – Dodge to the left evade to the right / **Slow**
- 25 – Pat on horse / **Slow**
- 26 – Hero stands on one leg / **Fast**
- 27 – Jump backward / **Fast**
- 28 – Raising hand / **Slow**
- 29 – Phoenix returns to nest / **Fast**
- 30 – T'ai chi ch'uan ending movement / **Calm**



26



29

- Mouvement continu / **Rapide** – 22
- Cercles montants / **Rapide** – 23
- Esquiver à gauche, éviter à droite / **Lent** – 24
- Caresser le cheval / **Lent** – 25
- Le héros se tient sur une jambe / **Rapide** – 26
- Saut en arrière / **Rapide** – 27
- Elever la main / **Lent** – 28
- Le phoenix retourne au nid / **Rapide** – 29
- Mouvement final / **Calm** – 30