

吴式太极乾坤剑

wú shì tài jí qián kūn jiàn

wu stijl tai ji hemel en aarde zwaard

1	预备势	yù bèi shì	voorbereiding
2	起势	qǐ shì	beginvorm
3	揽雀尾	lǎn què wěi	de omtrek van de mussestaart tekenen
4	搂膝拗步	lǒu xī ào bù	strijk langs de knie
5	卧虎当门	wò hǔ dāng mén	de tijger ligt voor de poort
6	搂膝拗步	lǒu xī ào bù	strijk langs de knie
7	搂膝拗步	lǒu xī ào bù	strijk langs de knie
8	搂膝拗步	lǒu xī ào bù	strijk langs de knie
9	分剑七星	fēn jiàn qī xīng	verdelend zwaard en de zeven sterren
10	卧虎当门	wò hǔ dāng mén	de tijger ligt voor de poort

11	老叟携琴	lǎo sǒu xié qín	de oude man draagt de Qin
12	犀牛望月	xī niú wàng yuè	de neushoorn kijkt naar de maan
13	进步遮膝	jìn bù zhē xī	naar voren en bescherm de knie
14	翻身劈剑	fān shēn pī jiàn	omdraaien en met zwaard splijten
15	进步撩膝	jìn bù liāo xī	naar voren en de knie opbeuren
16	当门剑	dāng mén jiàn	met het zwaard voor de poort
17	老叟携琴	lǎo sǒu xié qín	de oude man draagt de Qin
18	进步遮膝	jìn bù zhē xī	naar voren en bescherm de knie
19	魁星提斗	kuí xīng tí dòu	de god der letteren heft de Dou
20	指裆剑	zhǐ dāng jiàn	met het zwaard naar het kruis steken
21	扬鞭伏虎	yáng biān fú hǔ	de zweep opheffen en rustende tijger
22	劈山夺宝	pī shān duó bǎo	splijt de berg en verover de schat
23	白蛇吐信	bái shé tǔ xìn	de witte slang steekt de tong uit
24	回身点剑	huí shēn diǎn jiàn	omdraaien en aan zwaard prikken
25	沛公斩蛇	pèi gōng zhǎn shé	de oude Pei onthoofdt de slang

26	彩凤舒羽	cǎi fèng shū yǔ	de kleurige feniks laat de veren rusten
27	魁性提斗	kuí xīng tí dòu	de god der letteren heft de Dou
28	樵夫问柴	qiáo fū wèn chái	de houthakker zoekt brandhout
29	猿猴舒臂	yuán hóu shū bì	de aap strekt z'n arm uit
30	翻身斜飞式	fān shēn xié fēi shì	omdraaien en schuin vliegen
31	退步撩三剑	tuì bù liāo yīn sān jiàn	teruggaan en zwaard naar boven trekken
32	当门剑	dāng mén jiàn	met het zwaard voor de poort
33	梢公摇橹	sào gōng yáo lǔ	de bootsman beweegt de riem
34	顺水推舟	shùn shuǐ tuī zhōu	de boot stroomafwaarts duwen
35	白蛇吐信	bái shé tù xìn	de witte slang steekt de tong uit
36	眉中点赤	méi zhōng diǎn chì	tussen de wenkbrauwen wijzen
37	玉女投针	yù nǚ tóu zhēn	het jade meisje gooit de naald
38	乌龙翻身	wū lóng fān zhēn	de zwarte draak draait het lichaam
39	白蛇入洞	bái shé rù dòng	de witte slang gaat het hol binnen
40	眉中点赤	méi zhōng diǎn chì	tussen de wenkbrauwen wijzen

41	玉女投针	yù nǚ tóu zhēn	het jade meisje gooit de naald
42	当门剑	dāng mén jiàn	met het zwaard voor de poort
43	海底擒鳌	hǎi dǐ qín áo	de zeebodem vangt de waterschildpad
44	魁性提斗	kuí xīng tí dòu	de god der letteren heft de Dou
45	斜身指裆剑	xié shēn zhǐ dāng jiàn	schuin lichaam en naar het kruis steken
46	连环剑	lián huán jiàn	in serie splijtend zwaard
47	当门剑	dāng mén jiàn	met het zwaard voor de poort
48	海底擒鳌	hǎi dǐ qín áo	de zeebodem vangt de waterschildpad
49	魁性提斗	kuí xīng tí dòu	de god der letteren heft de Dou
50	回马鞭	huí mǎ biān	met zwaard naar achteren steken
51	跳步栽剑	tiào bù zāi jiàn	springen en het zwaard planten
52	天王托塔	tiān wáng tuō tǎ	de hemelse keizer draagt de pagode
53	左右提鞭	zǒu yòu tí biān	links en rechts de zweep optillen
54	当门剑	dāng mén jiàn	met het zwaard voor de poort
55	左右提鞭	zǒu yòu tí biān	links en rechts de zweep optillen

56	黄龙搅尾	huáng lóng jiǎo wěi	de gele draak zwaait de staart
57	盘头单鞭	pán tóu dān biān	over het hoofd cirkelen en enkele zweep
58	沛公斩蛇	pèi gōng zhǎn shé	de oude Pei onthoofdt de slang
59	拨云见日	bō yún jiān rì	verdeelt de wolken en de zon verschijnt
60	风飘落叶	fēng piāo luò yè	de gevallen bladeren dwarrelen in de wind
61	魁性提斗	kuí xīng tí dòu	de god der letteren heft de Dou
62	仙人指路	xiān rén zhǐ lù	de onsterfelijke wijst de weg
63	左右横扫千军	zuǒ yòu héng sǎo qiān jūn	links en rechts duizenden soldaten verjagen
64	迎奉掸尘	yíng fēng dǎn chén	tegenwind veegt de stof
65	单鞭锁喉	dān biān suǒ hóu	enkele zweep en de keel afsluiten
66	白猿归洞	bái yuán guī dòng	de witte aap keert terug naar de grot
67	灵猫捕鼠	líng māo bǔ shǔ	de civetkat vangt een muis
68	蜻蜓点水	qīng tíng diǎn shuǐ	de waterjuffer raakt het water
69	肘底剑	zhǒu dǐ jiàn	het zwaard onder de elleboog
70	云摩三舞剑	yún mó sān wǔ jiàn	wolk drie keer met het zwaard

71	盘根指雁	pán gēn zhǐ yàn	verstrengelde wortels en steek de wilde gans
72	妙手摘星	miào shǒu zhāi xīng	met behendige hand de sterren plukken
73	左右怀中饱月	zuǒ yòu huái zhōng bào yuè	links en rechts de maan aan de borst drukken
74	凤凰旋窝	fèng huáng xuán wō	de feniks keert terug naar zijn nest
75	悬崖勒马	xuán yá lè mǎ	het paard voor de steile klif stoppen
76	落花待扫	là huā dāi sǎo	de gevallen bloemen wachten op het vegen
77	仙女荷锄	xiān nǚ hè chú	de fee schoffelt de lotus
78	凡臂代竹	fǎn bì dài zhú	met verdraaide arm bamboe kappen
79	卧鱼剑	wò yú jiàn	de rustende vis
80	翻身扫膝	fān shēn sǎo xī	omdraaien en veeg de knie
81	当门剑	dāng mén jiàn	met het zwaard voor de poort
82	分手小摩云	fēn shǒu xiǎo mó yún	de kleine wolkfee verdeelt de handen
83	运照巫山	yún zhào wū shān	de wolken bedekken de berg Wu
84	拨草寻蛇	bō cǎo xún shé	verdeel het gras opzoek naar de slang
85	乌龙搅尾	wū lóng jiǎo wěi	de zwarte draak zwaait de staart

86	金鸡点头	jīn jī diǎn tóu	de gouden haan knikt met het hoofd
87	转身擒虎	zhuǎn shēn qīn hǔ	omdraaien en de tijger grijpen
88	沛公斩蛇	pèi gōng zhǎn shé	de oude Pei onthoofdt de slang
89	迎风掸尘	yíng fēng dǎn chén	tegenwind veegt de stof
90	鹞子串林	yào zǐ chuàn lín	de sperwer vliegt naar het bos
91	李广射石	lǐ guǎng shè shí	Li Guang gooit een steen
92	回马鞭	huí mǎ biān	met zwaard naar achteren steken
93	钩挂连环	gōu guà lián huán	onafgebroken haken en optillen
94	收势合太极	shōu shì hé tài jí	verzamelen en tai ji beëindigen