



Yang Taiji Dao : Sabre 13 enchainements

1. - Avancer vers les 7 étoiles, chevaucher le tigre, et croiser le sabre
2. - Avancer pour débarrasser, se jeter de côté et déplacer avec fierté
3. - Regarder à gauche, regarder à droite et séparer les bras de chaque côté.
4. - La grue blanche déploie ses ailes et avancer avec la paume aux 5 éléments
5. - Le vent emporte la fleur de lotus et la cache sous les feuilles
6. - La fille de jade lance navette dans 8 directions
7. - Trois étoiles s'ouvrent et se ferment à leur gré
8. - Elever le pied puis frapper le tigre
9. - Se tourner en biais et coup de pied canard mandarin
- 10.-Bouger le bateau en suivant le courant, à l'aide du fouet comme une perche
- 11.-Position basse et dégager en trois techniques harmonisées
- 12.-Séparer l'eau à gauche et à droite et sauter la porte du dragon
- 13.-Bian He ramène la pierre précieuse et le phénix rentre dans son nid.

110, quai Pierre Scize 69005 Lyon...site: www.okinawa-shaolin.com...e-mail : okinawashaolin@yahoo.fr