



# TAÏ CHI CHUAN STYLE YANG

## Ecole NUAGE & EAU

*Chinh TRINH*

### LE TAO 3<sup>ème</sup> partie

### LE CIEL

N°	Tao	Centre	Direction	Mouvements	Intitulé
	Shao Yang	AR	Sud-Est	Préparer mains	Embrasser le tigre Reporter le tigre à la montagne Sud-Est
	Tai Yin	AR	Sud-Est	Se retourner – Avancer pied droit	
	Shao Yin	AR	Sud-Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVD	Sud-Est	Brosser le genou droit – Pousser main gauche	
	Shao Yang	AVD	Sud-Est	Préparer mains	Caresser la queue de l'oiseau Sud-Est
	Tai Yin	AR	Sud-Est	Tirer sur le genou gauche	
	Shao Yin	AR	Sud-Est	Presser le poignet droit	
	Tai Yang	AVD	Sud-Est	Repousser mains à plat	
	Shao Yang	AVD	Sud-Est	Repousser mains à plat	Repliement - Déploiement Sud-Est
	Tai Yin	AR	Sud-Est	Ramener les mains	
	Shao Yin	AR	Sud-Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVD	Sud-Est	Repousser mains	
	Shao Yang	AR	Sud-Est	Préparer mains	Simple manœuvre à gauche Nord
	Tai Yin	ARG	Nord	Rotation – Fermer pied droit	
	Shao Yin	AR	Sud	Préparer les mains	
	Tai Yang	ARG	Nord	Pousser main gauche devant	
	Shao Yang	AR	Sud	Préparer mains	Simple manœuvre à droite Est
	Tai Yin	ARD	Est	Rotation – Fermer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Ouest	Préparer les mains	
	Tai Yang	ARD	Est	Pousser main droite devant	

	Shao Yang	AR	Est	Préparer mains	Simple fouet Nord-Ouest
	Tai Yin	AR	Nord-Ouest	Rotation – Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Nord-Ouest	Préparer main gauche	
	Tai Yang	AVG	Nord-Ouest	Pousser main gauche	
75	Shao Yang	AVG	Nord-Ouest	Préparer mains	Séparer la crinière Sud-Est
	Tai Yin	AR	Sud-Est	Rotation – Avancer pied droit	
	Shao Yin	AR	Sud-Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVD	Sud-Est	Avancer main droite	
76	Shao Yang	AVD	Sud-Est	Préparer mains	Séparer la crinière Nord-Est
	Tai Yin	AR	Nord-Est	Rotation – Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Nord-Est	Préparer mains	
	Tai Yang	AVG	Nord-Est	Avancer main gauche	
77	Shao Yang	AVG	Nord-Ouest	Préparer mains	Séparer la crinière Sud-Est
	Tai Yin	AR	Sud-Est	Rotation – Avancer pied droit	
	Shao Yin	AR	Sud-Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVD	Sud-Est	Avancer main droite	
78	Shao Yang	AVD	Sud-Est	Préparer mains	Parer de la main gauche Nord
	Tai Yin	AR	Nord-Est	Rotation – Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Nord-Est	Préparer mains	
	Tai Yang	AVG	Nord-Est	Parer main gauche	
	Shao Yang	AVG	Nord-Est	Préparer mains	Parer des deux mains Est
	Tai Yin	AR	Est	Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVD	Est	Parer des deux mains	
	Shao Yang	AVD	Est	Préparer mains	Caresser la queue de l'oiseau Est
	Tai Yin	AR	Nord-Est	Tirer sur le genou gauche	
	Shao Yin	AR	Est	Presser le poignet droit	
	Tai Yang	AVD	Est	Repousser mains à plat	
	Shao Yang	AVD	Est	Repousser mains à plat	Repliement - Déploiement Est
	Tai Yin	AR	Est	Retirer les mains	
	Shao Yin	AR	Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVD	Est	Repousser mains	
	Shao Yang	AR	Est	Ramener les mains	Simple manœuvre à gauche Nord-Ouest
	Tai Yin	ARG	Nord-Ouest	Rotation – Fermer pied droit	
	Shao Yin	AR	Sud-Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	ARG	Nord-Ouest	Pousser main gauche devant	

	Shao Yang	AR	Sud-Est	Ramener les deux mains	Simple manœuvre à droite Nord-Est
	Tai Yin	ARD	Nord-Est	Rotation – Fermer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Sud-Ouest	Préparer les mains	
	Tai Yang	ARD	Nord-Est	Pousser main droite devant	
	Shao Yang	ARG	Nord-Est	Préparer mains	Simple fouet Ouest
	Tai Yin	AR	Ouest	Rotation – avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Ouest	Préparer main gauche	
	Tai Yang	AVG	Ouest	Pousser main gauche	
79	Shao Yang	AR	Nord-Est	Rotation	Se protéger Nord-Est
	Tai Yin	AR	Nord-Est	Ramener pied droit – Changer d'appui	
	Shao Yin	AR	Nord-Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	AR	Nord-Est	Descendre - Se protéger	
	Shao Yang	AR	Nord-Est	Changer d'appui	Lancer la navette Nord-Est
	Tai Yin	AR	Nord-Est	Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Nord-Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVG	Nord-Est	Protéger main gauche – Pousser main droite	
80	Shao Yang	AR	Nord-Ouest	Rotation	Lancer la navette Nord-Ouest
	Tai Yin	AR	Nord-Ouest	Avancer pied droit	
	Shao Yin	AR	Nord-Ouest	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVD	Nord-Ouest	Protéger main droite – Pousser main gauche	
81	Shao Yang	AR	Sud-Ouest	Rotation	Lancer la navette Sud-Ouest
	Tai Yin	AR	Sud-Ouest	Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Sud-Ouest	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVG	Sud-Ouest	Protéger main gauche – Pousser main droite	
82	Shao Yang	AR	Sud-Est	Rotation	Lancer la navette Sud-Est
	Tai Yin	AR	Sud-Est	Avancer pied droit	
	Shao Yin	AR	Sud-Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVD	Sud-Est	Protéger main droite – Pousser main gauche	
	Shao Yang	AVD	Sud-Est	Préparer mains	Parer de la main gauche Nord-Est
	Tai Yin	AR	Nord-Est	Rotation – Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Nord-Est	Préparer mains	
	Tai Yang	AVG	Nord-Est	Parer main gauche	
	Shao Yang	AVG	Nord-Est	Préparer mains	Parer des deux mains Est
	Tai Yin	AR	Est	Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVD	Est	Parer des mains	

	Shao Yang	AVD	Est	Préparer mains	Caresser la queue de l'oiseau Est
	Tai Yin	AR	Nord-Est	Tirer sur le genou gauche	
	Shao Yin	AR	Est	Presser le poignet droit	
	Tai Yang	AVD	Est	Repousser mains à plat	
	Shao Yang	AVD	Est	Repousser mains à plat	Repliement - Déploiement Est
	Tai Yin	AR	Est	Retirer les mains	
	Shao Yin	AR	Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVD	Est	Repousser mains	
	Shao Yang	AR	Est	Ramener les deux mains	Simple manœuvre à gauche Nord-Ouest
	Tai Yin	ARG	Nord-Ouest	Rotation – Fermer pied droit	
	Shao Yin	AR	Sud-Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	ARG	Nord-Ouest	Pousser main gauche devant	
	Shao Yang	AR	Sud-Est	Ramener les deux mains	Simple manœuvre à droite Nord-Est
	Tai Yin	ARD	Nord-Est	Rotation – Fermer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Sud-Ouest	Préparer les mains	
	Tai Yang	ARD	Nord-Est	Pousser main droite devant	
	Shao Yang	ARG	Nord-Est	Préparer mains	Simple fouet Ouest
	Tai Yin	AR	Ouest	Rotation – Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Ouest	Préparer main gauche	
	Tai Yang	AVG	Ouest	Pousser main gauche	
	Shao Yang	AVG	Nord-Ouest	Préparer mains	Entrée dans les nuages Nord
	Tai Yin	AR	Nord	Placer le centre	
	Shao Yin	AR	Nord	Fermeture mains	
	Tai Yang	AR	Nord-Ouest	Ouverture mains	
	Shao Yang	AR	Nord-Ouest	Préparer mains	Le pas de Nuage Nord
	Tai Yin	AR	Nord	Rotation	
	Shao Yin	AR	Nord	Fermeture mains	
	Tai Yang	AR	Nord-Est	Ouverture mains – Déplacer pied gauche	
	Shao Yang	AR	Nord-Est	Prépare mains	Le pas de Nuage Nord
	Tai Yin	AR	Nord	Rotation	
	Shao Yin	AR	Nord	Fermeture mains	
	Tai Yang	AR	Nord-Ouest	Ouverture mains – Déplacer pied droit	
	Shao Yang	AR	Nord-Ouest	Préparer mains	Le pas de Nuage Nord
	Tai Yin	AR	Nord	Rotation	
	Shao Yin	AR	Nord	Fermeture mains	
	Tai Yang	AR	Nord-Est	Ouverture mains	

	Shao Yang	ARG	Nord-Est	Préparer mains	Simple fouet Ouest
	Tai Yin	AR	Ouest	Rotation – Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Ouest	Préparer main gauche	
	Tai Yang	AVG	Ouest	Pousser main gauche	
83	Shao Yang	AR ARD	Ouest Nord	Préparer main gauche – Ouvrir pied droit – Fermer pied gauche	Serpent qui rampe Ouest
	Tai Yin	ARD ARG	Nord Ouest	Descendre sur pied droit Ouvrir pied gauche -	
	Shao Yin	ARG	Ouest	Préparer main gauche	
	Tai Yang	AVG	Ouest	Piquer main gauche	
84	Shao Yang	AVG	Ouest	Ouvrir pied gauche	Le coq d'or sur la patte gauche Ouest
	Tai Yin	AR	Ouest	Pas à vide droite	
	Shao Yin	AR	Ouest	Préparer les mains	
	Tai Yang	AR	Ouest	Avancer main droite – Genou droit horizontal	
85	Shao Yang	AR	Ouest	Poser pied droit en recul	Le coq d'or sur la patte droite Ouest
	Tai Yin	AR	Ouest	Ouvrir pied droit - Pas à vide à gauche	
	Shao Yin	AR	Ouest	Préparer les mains	
	Tai Yang	AR	Ouest	Avancer main gauche – Genou gauche horizontal	
86	Shao Yang	AR	Nord-Ouest	Plier jambes – Ouvrir les mains	Repousser le singe Ouest
	Tai Yin	AR	Ouest	Reculer pied gauche	
	Shao Yin	AVD	Ouest	Préparer mains	
	Tai Yang	AR	Ouest	Repousser main droite	
	Shao Yang	AR	Ouest	Préparer mains	Vol oblique Nord
	Tai Yin	AR	Nord	Rotation – Avancer pied droit	
	Shao Yin	AR	Nord	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVD	Nord	Main droite monter en diagonale	
	Shao Yang	AR	Nord	Les mains en cercle	Lever les mains Nord
	Tai Yin	AR	Nord	Ramener pied droit - Changer d'appui pied droit	
	Shao Yin	AR	Nord	Préparer les mains	
	Tai Yang	AR	Nord	Descendre - Pousser vers le haut	
	Shao Yang	AR	Nord	Préparer mains	Parer de la main droite Nord
	Tai Yin	AR	Nord-Ouest	Tirer sur le genou gauche	
	Shao Yin	AR	Nord	Préparer le coude droit	
	Tai Yang	AVD	Nord	Parer main droite	
	Shao Yang	AR	Ouest	Préparer mains	La grue blanche Ouest
	Tai Yin	AR	Ouest	Rotation – Ramener pied gauche	

	Shao Yin	AR	Ouest	Préparer les mains	
	Tai Yang	AR	Ouest	Ouverture mains	
	Shao Yang	AR	Nord-Ouest	Préparer mains	
	Tai Yin	AR	Ouest	Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Ouest	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVG	Ouest	Brosser main gauche – Pousser main droite	Brosser le genou gauche Ouest
	Shao Yang	AVG	Ouest	Reculer pied droit	
	Tai Yin	AR	Ouest	Ramener pied gauche – Ouverture mains	
	Shao Yin	AR	Ouest	Préparer les mains	
	Tai Yang	AR	Ouest	Main droite ouverte 45° vers le bas	L'aiguille au fond de la mer Ouest
	Shao Yang	AR	Nord-Ouest	Protéger genou droit	
	Tai Yin	AR	Ouest	Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AVG	Sud-Ouest	Protéger genou gauche	
	Tai Yang	AVG	Ouest	Déployer les mains en vertical	Déployer l'éventail Ouest
87	Shao Yang	AR	Ouest-Est	Se retourner – Préparer mains	
	Tai Yin	AR	Est	Avancer pied droit	
	Shao Yin	AR	Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVD	Est	Parer poing droit	Parer du poing droit Est
88	Shao Yang	AR	Est	Ouverture des mains	
	Tai Yin	AR	Est	Changer d'appui pied droit	
	Shao Yin	AR	Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVD	Est	Parer poing droit	Avancer - Parer du poing droit Est
89	Shao Yang	AVD	Nord-Est	Ouverture pied droit	
	Tai Yin	AR	Est	Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Est	Préparer main gauche	
	Tai Yang	AVG	Est	Frapper poing droit	Frapper du poing droit Est
90	Shao Yang	AVG	Est	Protéger le coude	
	Tai Yin	AR	Nord-Est	Tirer sur le genou droit – Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Nord-Est	Préparer mains	
	Tai Yang	AVG	Nord-Est	Parer main gauche	Parer de la main gauche Nord-Est
	Shao Yang	AVG	Nord-Est	Préparer mains	
	Tai Yin	AR	Est	Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVD	Est	Parer deux mains	Parer des deux mains Est
	Shao Yang	AVD	Est	Préparer mains	
	Tai Yin	AR	Nord-Est	Tirer sur le genou gauche	Caresser la queue de l'oiseau Est

	Shao Yin	AR	Est	Presser le poignet droit	
	Tai Yang	AVD	Est	Repousser mains à plat	
	Shao Yang	AVD	Est	Repousser mains à plat	Repliement - Déploiement Est
	Tai Yin	AR	Est	Retirer les mains	
	Shao Yin	AR	Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVD	Est	Repousser mains	
	Shao Yang	AR	Est	Ramener les deux mains	
	Tai Yin	AR	Nord-Ouest	Rotation – Fermer pied droit	Simple manœuvre à gauche Nord-Ouest
	Shao Yin	ARD	Sud-Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	ARG	Nord-Ouest	Pousser main gauche devant	
	Shao Yang	AR	Sud-Est	Ramener les deux mains	
	Tai Yin	AR	Nord-Est	Rotation – Fermer pied gauche	Simple manœuvre à droite Nord-Est
	Shao Yin	ARD	Sud-Ouest	Préparer les mains	
	Tai Yang	ARG	Nord-Est	Pousser main droite devant	
	Shao Yang	ARG	Nord-Est	Préparer mains	
	Tai Yin	AR	Ouest	Rotation – Avancer pied gauche	Simple fouet Ouest
	Shao Yin	AR	Ouest	Préparer main gauche	
	Tai Yang	AVG	Ouest	Pousser main gauche	
	Shao Yang	AVG	Nord-Ouest	Préparer mains	
	Tai Yin	AR	Nord	Placer le centre	Entrée dans les nuages Nord
	Shao Yin	AR	Nord	Fermeture mains	
	Tai Yang	AR	Nord	Ouverture mains	
	Shao Yang	AR	Nord-Ouest	Préparer mains	
	Tai Yin	AR	Nord	Rotation	Le pas de Nuage Nord
	Shao Yin	AR	Nord	Fermeture mains	
	Tai Yang	AR	Nord-Est	Ouverture mains – Déplacer pied gauche	
	Shao Yang	AR	Nord-Est	Prépare mains	
	Tai Yin	AR	Nord	Rotation	
	Shao Yin	AR	Nord	Fermeture mains	
	Tai Yang	AR	Nord-Ouest	Ouverture mains – Déplacer pied droit	
	Shao Yang	AR	Nord-Ouest	Préparer mains	
	Tai Yin	AR	Nord	Rotation	Simple fouet Ouest
	Shao Yin	AR	Nord	Fermeture mains	
	Tai Yang	AR	Nord-Est	Ouverture mains	
	Shao Yang	AR	Nord-Est	Préparer mains	
	Tai Yin	AR	Ouest	Rotation – Avancer pied gauche	

	Shao Yin	AR	Ouest	Préparer main gauche	
	Tai Yang	AVG	Ouest	Pousser main gauche	
91	Shao Yang	AR	Ouest	Ouverture des mains	Caresser l'encolure Ouest
	Tai Yin	AR	Ouest	Ramener pied gauche	
	Shao Yin	AR	Ouest	Préparer les mains	
	Tai Yang	AR	Ouest	Pousser main droite	
92	Shao Yang	AR	Ouest	Préparer les mains	La main qui perce Ouest
	Tai Yin	AR	Ouest	Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Ouest	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVG	Ouest	Avancer main gauche sur main droite	
93	Shao Yang	AVG	Ouest	Préparer les mains	Donner coup de talon droit Est
	Tai Yin	AR	Est	Rotation 180° - Monter genou droit	
	Shao Yin	AR	Est	Ouvrir les mains	
	Tai Yang	AR	Est	Donner le coup de talon droit	
94	Shao Yang	AR	Est	Fermeture des mains – Genou droit horizontal	Se protéger à droite Est
	Tai Yin	AR	Est	Avancer pied droit	
	Shao Yin	AR	Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVD	Est	Se protéger à droite	
95	Shao Yang	AR	Est	Ouvrir le pied droit	Frapper du poing droit en bas parallèle au sol Est
	Tai Yin	AR	Est	Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Est	Brosser le genou gauche	
	Tai Yang	AR	Est	Frapper du poing droit en bas parallèle au sol	
96	Shao Yang	AR	Est	Protéger le coude	Parer de la main gauche Nord-Est
	Tai Yin	AR	Nord-Est	Tirer sur le genou droit – Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Nord-Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVG	Nord-Est	Parer main gauche	
	Shao Yang	AVG	Nord-Est	Préparer mains	Parer des deux mains Est
	Tai Yin	AR	Est	Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVD	Est	Parer deux mains	
	Shao Yang	AVD	Est	Préparer mains	Caresser la queue de l'oiseau Est
	Tai Yin	AR	Nord-Est	Tirer sur le genou gauche	
	Shao Yin	AR	Est	Presser le poignet droit	
	Tai Yang	AVD	Est	Repousser mains à plat	
	Shao Yang	AVD	Est	Repousser mains à plat	Repliement - Déploiement Est
	Tai Yin	AR	Est	Retirer les mains	



	Shao Yin	AR	Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	AVD	Est	Repousser tranchants mains	
	Shao Yang	AR	Est	Ramener les deux mains	Simple manœuvre à gauche Nord-Ouest
	Tai Yin	AR	Nord-Ouest	Rotation – Fermer pied droit	
	Shao Yin	ARD	Sud-Est	Préparer les mains	
	Tai Yang	ARG	Nord-Ouest	Pousser main gauche devant	
	Shao Yang	AR	Sud-Est	Ramener les deux mains	
	Tai Yin	AR	Nord-Est	Rotation – Fermer pied gauche	Simple manœuvre à droite Nord-Est
	Shao Yin	ARD	Sud-Ouest	Préparer les mains	
	Tai Yang	ARG	Nord-Est	Pousser main droite devant	
	Shao Yang	ARG	Nord-Est	Préparer mains	
	Tai Yin	AR	Ouest	Rotation – Avancer pied gauche	Simple fouet Ouest
	Shao Yin	AR	Ouest	Préparer mains	
	Tai Yang	AVG	Ouest	Pousser main gauche	
	Shao Yang	AR ARD	Ouest Nord	Préparer main gauche – Ouvrir pied droit – Fermer pied gauche	
	Tai Yin	ARD ARG	Nord Ouest	Descendre sur pied droit Ouvrir pied gauche -	Serpent qui rampe Ouest
	Shao Yin	ARG	Ouest	Préparer main gauche	
	Tai Yang	AVG	Ouest	Remonter main gauche – Fermer pied droit	
	Shao Yang	AVG	Ouest	Ouvrir pied gauche	
97	Tai Yin	AR	Ouest	Pas à vide à droite	Former les sept étoiles Ouest
	Shao Yin	AR	Ouest	Préparer les mains	
	Tai Yang	AR	Ouest	Croiser main droite devant – Pied droit en avant	
	Shao Yang	AR	Ouest	Reculer pied droit	
98	Tai Yin	AR	Ouest	Ouverture des bras – Ramener pied gauche	Déchirer le voile Ouest
	Shao Yin	AR	Ouest	Préparer bras	
	Tai Yang	AR	Ouest	Tendre jambe gauche devant	
	Shao Yang	AR	Est	Rotation 180°	
99	Tai Yin	AR	Est	Avancer – Descendre - Se retourner	Chevaucher le tigre Est
	Shao Yin	AR	Ouest	Se redresser	
	Tai Yang	AR	Ouest	Tendre jambe droite devant	
	Shao Yang	AR	Ouest	Plier jambes – Pied droit derrière genou gauche	
100	Tai Yin	AR	Ouest	Pied droit sur cuisse gauche	Balayer le lotus Ouest
	Shao Yin	AR	Ouest	Se redresser	
	Tai Yang	AR	Ouest	Frapper main droite sur pied droit	

101	Shao Yang	AR	Ouest	Plier jambes	Frapper le tigre au flanc Sud-Ouest
	Tai Yin	AR	Ouest	Avancer pied droit	
	Shao Yin	AR	Ouest	Préparer mains	
	Tai Yang	AVD	Ouest	Frapper poing gauche Sud-Ouest	
102	Shao Yang	AR	Ouest	Ouverture des mains	Parer du poing droit Ouest
	Tai Yin	AR	Ouest	Avancer pied droit	
	Shao Yin	AR	Ouest	Préparer mains	
	Tai Yang	AVD	Ouest	Parer du poing droit	
103	Shao Yang	AVD	Ouest	Ouverture pied droit	Frapper du poing droit Ouest
	Tai Yin	AR	Ouest	Avancer pied gauche	
	Shao Yin	AR	Ouest	Préparer main gauche	
	Tai Yang	AVG	Ouest	Frapper poing droit	
104	Shao Yang	AR	Ouest	Former les mains (Printemps)	Les quatre saisons Ouest
	Tai Yin	AR	Nord-Ouest	Ouverture des bras (Eté)	
	Shao Yin	AR	Ouest	Préparation des bras (Automne)	
	Tai Yang	AVG	Ouest	Pousser des doigts (Hiver)	
105	Shao Yang	AVG	Ouest	Préparer mains	Fermeture apparente Nord
	Tai Yin	AVD	Nord-Est	Ouverture main droite	
	Shao Yin	AVG	Nord-Ouest	Ouverture main gauche	
	Tai Yang	AR	Nord	Positionner centre	
106		AR	Nord		Croiser les mains Nord
		AR	Nord		
		AR	Nord		
		AR	Nord		
107		AR	Nord		Ouverture Nord
		AR	Nord		
		AR	Nord		
		AR	Nord		
108		AR	Nord		Position finale Nord
		AR	Nord		
		AR	Nord		
		AR	Nord		