

GRAND SAN SHOU DU STYLE YANG

NOMS DES TECHNIQUES & ORIENTATIONS

PAO CHUI A			PAOCHUI B		
A0: salut	N	S	B0: salut		
A1: deux pas, coup de poing direct	N	SO	B1: saisir un pipa		
A2: élever la main	NE	SO	B2: coup de poing direct		
A3: saisir, coup de poing	NE	SO	B3: coup de poing circulaire en retraite		
A4: parer, coup de coude	NE	SO	B4: changer de jambe, coup de poing pénétrant		
A5: reculer, tirer, presser le coude	NE	SO	B5: bondir en retraite, saisir avec la paume du dragon		
A6: céder, coup de poing circulaire	NE	SO	B6: soulever, pas croisé		
A7: frapper le tigre à gauche	NE	SO	B7: coup de coude		
A8: se retourner, le serpent blanc darde sa langu	S	N	B8: coup de poing circulaire court		
A9: parer, coup de poing direct	S	N	B9: parer, appuyer		
A10: barrer le corps	S	N	B10: parer, coup de poing direct		
A11: bloquer, frapper du coude	S	N	B11: séparer la crinière du cheval sauvage		
A12: un pas, presser	S	N	B12: reculer, tirer		
A13: double coup de pied	S	N	B13: appuyer		
A14: saisir la queue de l'oiseau, serpenter, frapper le tigre à droite	S	N	B14: changer de jambe, coup de poing bas long		
A15: marteler	S	N	B15: changer de jambe, une navette		
A16: brosser, un pas, presser	S	N	B16: la grue blanche		
A17: saisir la queue de l'oiseau, reculer, fendre	S	N	B17: tirer, marteler		
A18: bondir, appuyer	S	N	B18: suivre, lever le bras pour effrayer l'adversaire, frapper le tigre aux oreilles		
A19: un pas, effleurer le genou	S	N	B19: parer du coude, coup de poing		
A20: deux éclairs, appuyer	S	N	B20: ouvrir les nuages, briser		
A21: parer, appuyer	S	N	B21: ouvrir les nuages, gifler		
A22: saisir la queue de l'oiseau, frapper le tigre à droite	S	N	B22: ouvrir les nuages, coup de coude		
A23: saisir la queue de l'oiseau, frapper le tigre à droite	SE	NO	B23: tirer, marteler		
A24: presser	E	O	B24: reculer, tirer		
A25: coup d'épaule	E	O	B25: presser		
A26: saisir la queue de l'oiseau, coup de coude	E	O	B26: changer de jambe, coup d'épaule		
A27: reculer, tirer	NE	SO	B27: coup de genou		
A28: reculer, tirer, saisir la queue de l'oiseau, un pas, coup d'épaule	NE	SO	B28: coup de talon		
A29: séparer le pied droit	NE	SO	B29: reculer, marteler		
A30: balayer le lotus	SE	SO	B30: effleurer le genou droit		
A31: tirer et coup d'épaule	SE	NO	B31: effleurer le genou gauche		
A32: séparer la crinière du cheval sauvage	SE	NO	B32: enrrouler, coup d'épaule		
A33: séparer la crinière du cheval sauvage	O	E	B33: parer, bondir à travers les nuages		
A34: se retourner, coup de poing direct	SE	NO	B34: parer, bondir à travers les nuages		
A35: effleurer le genou, coq d'or	S	NO	B35: bondir, coup de poing bas		

GRAND SAN SHOU DU STYLE YANG

A36: balayer le lotus
A37: bondir, la main serpent
A38: trois flèches rapides
A39: le singe change de pas
A40: reculer, repousser le singe
A41: reculer, repousser le singe
A42: l'aiguille au fond de la mer
A43: élever les mains
A44: simple fouet inversé
A45: la main qui perce
A46: appuyer et fermeture

S
SO
SO
SO
SO
SO
SO
SO
N
N
N
S

N
NE
NE
NE
NE
NE
NE
NE
S
S
N

NOMS DES TECHNIQUES & ORIENTATIONS

B36: coq d'or
B37: séparer la crinière du cheval sauvage
B38: séparer la crinière du cheval sauvage
B39: coup de poing circulaire
B40: un pas, attaque en éventail
B41: un pas, attaque en éventail
B42: un pas vers les sept étoiles
B43: déployer l'éventail
B44: bander l'arc
B45: simple fouet inversé
B46: double coup de pied et fermeture