



Le Club de Tai Chi - Chui Lap Kan

徐立根太極社

"Chui Lap Kan" Tai-Chi Sabre Yang Style

徐立根太極刀

	Chinese	English	Français
1	起式	Commence form	Commencement
2	上步七星	Step forward, form seven stars	Avancer, former les sept étoiles
3	退步跨虎	Retreat to ride the tiger	Reculer pour chevaucher le tigre
4	上步交刀	Step up, switch the saber to right hand	Avancer, transférer le sabre à la main droite
5	閃步展截	Dodge and chop	Esquiver et trancher
6	右上步乚	Right step, flash pass	Pas à droite, mouvement rapide comme l'éclair
7	上步刺左轉右推刀	Step forward, scrape left and push right	Avancer, racler à gauche et pousser à droite
8	右撩刀	Stir up to right side	Soulever du côté droit
9	左撩刀	Stir up to left side	Soulever du côté gauche
10	嫦娥奔月	Queen Sheung Ngoi flying to the moon	La reine Sheung Ngoi s'envole vers la lune
11	向後撒刀	Turn around, thrust and spread the saber to the right back side	Se retourner, percer et déployer le sabre au côté droit arrière
12	向左指路	Showing direction (left)	Indiquer la direction (à gauche)
13	玉女穿梭 (左滾刀)	Fair Lady works at shuttles (coil left)	La fille de jade tisse avec la navette (s'enrouler à gauche)
14	右轉藏刀獻掌	Turn right at back, hide the saber, push palm out	Tourner à droite, cacher le sabre, pousser la paume à l'extérieur
15	玉女穿梭 (左滾刀)	Fair Lady works at shuttles (coil left)	La fille de jade tisse avec la navette (s'enrouler à gauche)
16	右轉藏刀獻掌	Turn right at back, hide the saber, push palm out	Tourner à droite, cacher le sabre, pousser la paume à l'extérieur
17	懷中抱月	Embrace the moon in the bosom	Etreindre la lune
18	提腳刺	Lift up right feet and stab	Soulever le pied droit et percer
19	跳步藏刀獻掌	Jump and turn around, hide the saber, push palm out	Sauter et se retourner, cacher le sabre, pousser la paume à

	Chinese	English	Français
20	移步上刺	Step up and stabbing	Soulever le pied et percer
21	轉身藏刀獻掌	Turn around, hide the saber, push palm out	Tourner autour, cacher le sabre, pousser la paume à l'extérieur
22	上步交刀	Step up, switch the saber to left hand	Soulever le pied, transférer le sabre à la main gauche
23	右蹬腳	Strike right leg	Frapper la jambe droite
24	左打虎	Hit the tiger left	Frapper le tigre (à gauche)
25	右打虎	Hit the tiger right	Frapper le tigre (à droite)
26	回身交刀劈	Switch the saber to right hand and split	Transférer le sabre à la main droite et séparer
27	鞭佶篙提腳刺	Lift up feet and stab	Soulever le pied et percer
28	右轉藏刀獻掌	Right turn, hide the saber and push palm out	Tourner à droite, cacher le sabre et pousser la paume à l'extérieur
29	回身刺	Turn around and stab	Se retourner et percer
30	左撩刀	Stir left	Soulever à gauche
31	右撩刀	Stir right	Soulever à droite
32	左右落花	Petals falling down	Les pétales de fleurs tombent
33	跳步藏刀	Jump and push palm out	Sauter et pousser la paume à l'extérieur
34	移步拋梭	coil and stab up (follow step)	S'enrouler et percer (double pas)
35	右轉藏刀獻掌	Right turn, hide the saber and push palm out	Tourner à droite, cacher le sabre et pousser la paume à l'extérieur
36	交刀式	Switch the saber to left hand	Transférer le sabre à la main gauche
37	退步七星	Retreat to ride the tiger	Reculer pour chevaucher le tigre
38	太極還原	Closing of Tai Chi	Fermeture du Tai Chi