

精武

Wu shu

武术

<http://www.jingwu.asso.fr>

chū jí jiàn shù

初级剑术

Extrait de «épée débutant» n° 7015 - 643

		yù bèi shì	预 备 式	péparation
		<b>Dì yī duàn</b>	第 一 段	<b>1<sup>re</sup> partie</b>
一	yī	gōng bù zhí cì	弓 步 直 刺	<i>gong bu</i> – piquer vers l'avant
二	èr	húi shēn hòu pī	回 身 后 劈	tourner – couper vers l'arrière
三	sān	gōng bù píng mó	弓 步 平 抹	<i>gong bu</i> – couper à l'horizontal
四	sì	gōng bù zǒu liáo	弓 步 左 撩	<i>gong bu</i> – couper à gauche
五	wǔ	tí xī píng zhǎn	提 膝 平 斩	lever le genou – couper à l'horizontal
六	liù	húi shēn xià cì	回 身 下 刺	tourner – piquer vers le bas
七	qī	gù jiàn zhí cí	挂 剑 直 刺	bloquer – piquer vers l'avant
八	bā	xū bù jià jiàn	虚 步 架 剑	<i>xu bu</i> – bloquer - protéger
		<b>Dì èr duàn</b>	第 二 段	<b>2<sup>e</sup> partie</b>
九	jiǔ	xū bù píng pī	虚 步 平 劈	<i>xu bu</i> – couper vers l'avant
十	shí	gōng bù xià pī	弓 步 下 劈	<i>gong bu</i> – couper vers le bas
十一	shí yī	dài jiàn qián diǎn	带 剑 前 点	ramener l'épée – pointer vers l'avant
十二	shí èr	tí xī xià jié	提 膝 下 截	lever le genou – bloquer vers le bas
十三	shí sān	tí xī zhí cí	提 膝 直 刺	lever le genou – piquer vers l'avant
十四	shí sì	húi shēn píng bēng	回 身 平 崩	tourner – couper à l'horizontal
十五	shí wǔ	xīe bù xià pī	歇 步 下 劈	<i>xie bu</i> – couper vers le bas
十六	shí liù	tí xī xià diǎn	提 膝 下 点	lever le genou – pointer vers le bas
		<b>Dì sān duàn</b>	第 三 段	<b>3<sup>e</sup> partie</b>
十七	shí qī	bìng bù zhí cí	并 步 直 刺	pieds joints – piquer vers l'avant
十八	shí bā	gōng bù shàng tiāo	弓 步 上 挑	<i>gong bu</i> – bloquer vers le haut

十九	shí jiǔ	xīe bù xià pī	歇步下劈	<i>xie bu</i> – couper vers le bas
二十	èr shí	yòu jié wǎn	右截腕	bloquer le poignet droit
二十一	èr shí yī	zǒu jié wǎn	左截腕	bloquer le poignet gauche
二十二	èr shí èr	yùe bù shàng tiāo	跃步上挑	sauter – bloquer vers le haut
二十三	èr shí sān	pǔ bù xià yā	仆步下压	<i>pu bu</i> – écraser vers le bas
二十四	èr shí sì	tí xī zhí cí	提膝直刺	lever le genou – piquer vers l'avant
		<b>Dì sì duàn</b>	第四段	4 <sup>e</sup> partie
二十五	èr shí wǔ	gōng bù píng pī	弓步平劈	<i>gong bu</i> – couper vers l'avant
二十六	èr shí liù	huí shēn hòu liáo	回身后撩	tourner – couper vers l'arrière
二十七	èr shí qī	xīe bù shàng bēng	歇步上崩	<i>xie bu</i> – pointer vers le haut
二十八	èr shí bā	gōng bù xié xiāo	弓步斜削	<i>gong bu</i> – couper en diagonal
二十九	èr shí jiǔ	jìn bù zǒu liáo	进步左撩	pas en avant – couper à gauche
三十	sān shí	jìn bù yòu liáo	进步右撩	pas en avant – couper à droite
三十一	sān shí yī	zuò pán fǎn liáo	坐盘反撩	<i>zuo pan</i> – couper inverser vers l'arrière
三十二	sān shí èr	zhuān shēn yún jiàn	转身云剑	tourner – mouvoir l'épée comme un nuage
		shōu shì	收势	fermeture