

4 2 式総合太極拳動作名称

1 起勢	Qǐshì	チイシ
2 右攪雀尾	Yǒulǎnquèwěi	ヨウランチュエウエイ
3 左単鞭	Zǒudānbiān	ズオダンビエン
4 提手	Tíshǒu	ティショウ
5 白鶴亮翅	Báihèliàngchì	バイフウリアンチィ
6 搂膝拗歩	Lōuxī'àobù	ロウシィアオブ
7 撇身捶	Piēshēnchuí	ピエシェンチュエイ
8 捋挤勢	Lǚjǐshì	リィジィシ
9 進歩搬攔捶	Jìnbùbānlánchuí	ジンブウバンランチュエイ
10 如封似閉	Rúfēngsìbì	ルウフオンスウビィ
11 開合手	Kāihéshǒu	カイフオショウ
12 右単鞭	Yòutānbiān	ヨウダンビエン
13 肘底捶	Zhǒudǐchuí	ジョウディチュエイ
14 轉身推掌	Zhuǎnshēntuīzhǎng	ズウアンシェントウエイジアン
15 玉女穿梭	Yùnnǚchuānsuō	ユウニィチュァンスオ
16 右左蹬脚	Yòuzuǒdēngjiǎo	ヨウズオドゥンジャオ
17 掩手肱捶	Yǎnshǒugōngchuí	イエンショウゴンチュエイ
18 野馬分鬃	Yěmǎfēnzōng	イエマフェンズン
19 雲手	Yúnshǒu	ユンショウ
20 獨立打虎	Dúlìdǎhǔ	ドゥリダァフウ
21 右分脚	Yòufēnjiǎo	ヨウフェンジャオ
22 雙峰貫耳	Shuānfēngguàn'ěr	シュアンフオングアンアル
23 左分脚	Zuǒfēnjiǎo	ズオフェンジャオ
24 轉身拍脚	Zhuǎnshēnpāijiǎo	ズウアンシェンパイジャオ
25 進歩栽捶	Jìnbùzāichuí	ジンブウザイチュエイ
26 斜飛勢	Xiéfēishì	シェフェイシ
27 單鞭下勢	Dānbiānxiàshì	ダンビエンシアシィ
28 金鷄獨立	Jīnjīdúlì	ジンジィドゥリ
29 退步穿掌	Tuìbùchuānzhǎng	トウエイブウチュァンジアン
30 虛步壓掌	Xūbùyāzhǎng	シィブウヤージアン
31 獨立托掌	Dúlìtuōzhǎng	ドゥリトウオジアン
32 馬步靠	Mǎbùkào	マァブウカオ
33 轉身大捋	Zhuǎnshēndàlǚ	ズウアンシェンダァリィ
34 歇步擒打	Xiēbùqíndǎ	シェブウチンダァ

35 穿掌下勢	Chuānzhǎngxiàshì	チュアンジャンシアシイ
36 上歩七星	Shàngbùqīxīng	シャンブウチイシン
37 退歩跨虎	Tuìbùkuàhǔ	トウェイブウグワフウ
38 轉身擺蓮	Zhuǎnshēnbǎilián	ズワンシェンバイリエン
39 弯弓射虎	Wāngōngshèhǔ	ワンゴンシャーフウ
40 左攬雀尾	Zuǒlǎnquèwěi	ズォランチュエウエイ
41 十字手	Shízìshǒu	シイズウショウ
42 収勢	Shōushì	ショウシイ