

2 4 式太極拳動作名称

| | | |
|----------|----------------------|-----------------|
| 1 起勢 | Qǐshì | チイシ |
| 2 左右野馬分鬃 | Zuǒyòuyěmǎfēnzōng | ズォヨウイエマフェンズン |
| 3 白鶴亮翅 | Báihèliàngchì | バイフウリアンチィ |
| 4 左右搂膝拗歩 | Zuǒyòulōuxī'àobù | ズォヨウロウシィアオブ |
| 5 手揮琵琶 | Shǒuhuīpípa | ショウホエピィパ |
| 6 左右倒卷肱 | Zuǒyòudàojuǎn'gōng | ズォヨウダオジュエンゴン |
| 7 左攪雀尾 | Zuǒlǎnquèwěi | ズォランチュエウエイ |
| 8 右攪雀尾 | Yǒulǎnquèwěi | ヨウランチュエウエイ |
| 9 單鞭 | Dānbīan | ダンビエン |
| 10 雲手 | Yúnshǒu | ユンショウ |
| 11 單鞭 | Dānbīan | ダンビエン |
| 12 高探馬 | Gāotànmǎ | ガオタンマァ |
| 13 右蹬脚 | Yòudēngjiǎo | ヨウドウンジャオ |
| 14 双峰貫耳 | Shuānfēngguàn'ěr | シュアンフongグアナル |
| 15 轉身左蹬脚 | Zhuǎnshēnzuǒdēngjiǎo | ズゥアンシェンズォドウンジャオ |
| 16 左下勢獨立 | Zuǒxiàshìdúlì | ズォシアシィドゥリィ |
| 17 右下勢獨立 | Yòuxiàshìdúlì | ヨウシアシィドゥリィ |
| 18 左右穿梭 | Zuǒyòuchuānsuō | ズォヨウチュァンスオ |
| 19 海底針 | Hǎidǐzhēn | ハイディジェン |
| 20 閃通背 | Shǎntōngbèi | シャントンベイ |
| 21 轉身搬攔捶 | Zhuǎnshēnbānlánchuí | ズゥアンシェンバンランチュエイ |
| 22 如封似閉 | Rúfēngsìbì | ルゥフォンスゥビィ |
| 23 十字手 | Shízìshǒu | シィズゥショウ |
| 24 收勢 | Shōushì | ショウシィ |