



**מעלון מונחים**  
**טכניקה בסיעת**  
**עברית / לואזית / תרגום**



# 1. עמידות מוציא

בוקסינג/Bouxing

מה בו

马步 Ma bù

הרוכב

גונג בו

弓步 Gōng bù

חץ וקשת

פו בו

仆步 Pū bù

חץ וקשת אחורי

שו בו

虚步 Xū bù

חתול קטן / צעד ריק

דינג בו

丁步 Dīng bù

צעד נעוץ

סיה בו

歇步 Xiē bù

עמידה מוצלבת (קריה)

גואי בו

跪步 Guì bù

עמידה בקריה



# 1. עמידות מוציא

בוקסינג/Bouxing

בן מה בו

半馬步 Bàn mǎ bù

חצי רוכב

צ'א בו

导插步 Chā bù

המידת צעד מוצלב

טו לי בו

独立步 Dúlì bù

האנפה

בינג בו

并步 Bing bù

עמידה התחלתית

צ'י לונג בו

骑龙步 Qí lóng bù

רכיבה על דרקון

צואו פן בו

坐盘步 Zuò pán bù (ישיבה) עמידה מוצלבת

קוויקסינג בו

七星步 Qī xīng bù

עמידת 7 הכוכבים



# 1. עמידות מוציא

בוקסינג/ Bouxing

פינג חנג בו

七星步 Ping heng bù

צד מאוזן





## 2. נשק טבני

שוסינג/ shouxing

טכניקת של אגרופים / צ'ואן פא / quan fa

אגרוף / צ'ואן / quan

צ'ונג צ'ואן

崇泉 Chongquan

אגרוף ישיר

פינג צ'ואן

并步 Pingquan

אגרוף ישיר התקפי

לי צ'ואן

礼券 Liquan

אגרוף ישיר הגנתי

ביאן צ'ואן

安全 Bianquan

אגרוף גב היד (בק פיסט)

דג'אנג צ'ואן

装全 Zhuangquan

אגרוף אפרקאט



## 2. נשק טבני

שוסינג/ shouxing

גואן צ'ואן

官权 Guanquan

אגרוף מעגלי

פי צ'ואן

劈拳 Piqun

אגרוף פטיש

בנג צ'ואן

圈券 Bengquan

אגרוף גב היד יורד





## 2. נשק טבני

שוסינג/shouxing

דג'אנג פא / Zhang fa

טכניקת ידיים פתוחות

יד דג'אנג / Zhang

טוי ג'אנג

כף יד ישירה (דחיפה) Tuizhang 直接掌

קאן ג'אנג

מכת חתך אופקי Kanzhang 看涨

פי ג'אנג

מכת חתך יורדת Pizhang 皮张

ליאו ג'אנג

קפידעלה (איזור מפשעות) Liaozhang 廖正

טיאו ג'אנג

כף יד ישירה (הגנה) Tiaozhang 装章





## 2. נשק טבני

שוסינג/shouxing

צ'ואן ג'אנג

船长 Chuanzhang (נעיצה קצות האצבעות) קפיד

דן ג'י

胆汁 Dan zhi

הגודל ואצבע (ספציפי

"נאן צ'ואן")

פי ג'אנג

黄纸 Shuang zhi (ספציפי ג'יאן) שני אצבעות

ליאו ג'אנג

虎爪 Hǔ zhǎo

טפרי נמר

טיאו ג'אנג

龙爪 Lóng zhǎo

טפרי דרקון

ליאו ג'אנג

鹰爪 Yīng zhǎo

טפרי נמר

טיאו ג'אנג

钩全 Gōu quán

טפרי דרקון





## 2. נשק טבני

שוסינג/shouxing

גו צ'ואן

苟全 Gù quān

עורלב





# 2. נשק טבני

שוסינג/ shouxing

ג'ו פא / Zhou fa

טכניקת מרפקים

מרפק ג'ו/ Zhou

חנג דינג ג'ו

恒定周 heng ding zhou

מרפק צדדי

ג'אנג ג'ואן ג'ו

症状周 Zheng zhuang

מרפק עולה

פן ג'ו

zhou

潘州 Pan zhou

מרפק מעגלי





## 2. נשק טבני

שוסינג/shouxing

טכניקות הגנה (התנגדות) פאנג שו פא / Fang shou fa

כף היד לחיצה מטה (חסימה)

אן ג'אנג

按章 An zhang

(נמוכה)

כף היד לחיצה מטה

בו ג'אנג

张章 Bo zhang

(חסימה אמצעית)

ג'יא צ'ואן

甲醛 Jia quan

חסימת כף היד כלפי מעלה

ג'יי צ'ואן

接圈 Jie quan

אגרוף חוסם למטה

ג'ה דאנג

格挡 Ge Dang

אגרוף חסימה אמצעית

יא צ'ואן

压圈 Ya quan

חסימת אגרוף (גב היד) כלפי מטה



## 2. נשק טבני

שוסינג/shouxing

טכניקות רגליים (בעיטות) טוי פא / Tui fa

טאן טוי

弹腿 Tan tui

בעיטה ישירה בפוינט (עולה)

דנג טוי

张章 Deng tui

בעיטה ישירה בפלקס

(דחיפה)

ביאן טוי

便退 Bian tui

בעיטה מעגלית

צה צואי טוי

侧踹腿 Ce chuai tui

בעיטה צדדית

חו באי טוי

后摆腿 Hou Bai tui

בעיטה מעגלית הפוכה

גו טי טוי

狗踢腿 Gou ti tui

ביחטת כלב



## 2. נשק טבני

שוסינג/ shouxing

לי חה טוי

里合腿 Li he tui

בעיטה עולה חיצוני

וואי באי טוי

爱摆腿 Wai bai tui

בעיטה עולה פנימי

דאו די טוי

到底退 Dao di tui

בעיטה אחורית (בעיטת

סוד)





## 2. נשק טבני

שוסינג/shouxing

טכניקות קפיצות אקרובטיקה טיאן ווה / Tian yue

פהי ג'יאו

飞脚 Fei Jiao

בעיטה ישירה בקפיצה

שוהן פנג ג'יאו

恩蜂胶 Shuen feng jiao

בעיטה פנימית בקפיצה

וה בה לינג

被另 Ve bei ling

בעיטה חיצונית בקפיצה

צה שואי

腾空侧晒 Teng Kong Ce chuai

בעיטה צדדית בקפיצה

שואן זה

殊恩智 Shuen zhi

קפיצת פרפר

סאן באי ליו

三百六十 San bai liu

בורג 360



## 2. נשק טבני

שוסינג/shouxing

פאן טוי דיאי

腿滴哦 Pan tui die

בעיטה מעגלית נחיתה בשכיבה  
("נאן צ'ואן" ו- "דיטאנג צ'ואן")

לי יו דא טינג

Li 榆大厅 Li yu da ting

קפיצת ראש

צ'ה גונג פאנג

和空房 Che kong fang

גלגלון בלי ידיים

טא יואי בו צ'והן

越朴树恩 Ta yue pu shuen

קפיצת הנק ("צ'אנג צ'ואן")







מכה נכונה צדיכה להיות בלתי נראית,  
הידיב חיב להתמוטט מבלתי שדאה את  
הידיים שלך

פתגם עתיק של מחוז Shanxi



