

עמ'דות מוצא
טכניקות ידעיים,
דגלעיים
ואקדובטיקה



1. עמידות מוציא

בוקסינג/ Bouxing

丁步 Dīng bù
צעד נעוץ



仆步 Pū bù
חץ וקשת אחורי



马步 Ma bù
מה בו



弓步 Gōng bù
חץ וקשת



虚步 Xū bù
חתול קטן / צעד ריק



歇步 Xiē bù
עמידה מוצלבת (קריה)





1. עמידות מוציא

בוקסינג/ Bouxing

独立步 Dú lì bù

האנפה



导插步 Chā bù

המידת צעד מוצלב



Bàn mǎ bù 半馬步

חצי רוכב



坐盘步 Zuo pan bù

עמידה מוצלבת (ישיבה)



骑龙步 Qí lóng bù

רכיבה על דרקון



并步 Bing bù

עמידה התחלתית





1. עמידות מוציא

בוקסינג/ Bouxing

七星步 Qixing bù

עמידת 7 הכוכבים



七星步 Ping heng bù

צד מאוזן



Hou Dian Bu

צד אחורי



Qiang Dian Bu

צד קידמי





1. עמידות מוציא

בוקסינג/ Bboxing

七星步 Qixing bù

עמידת 7 הכוכבים



盘退平恒 Pán tuì píng héng

צד מאוזן קידמי



口退平恒 Kǒu tuì píng héng

צד מאוזן אחורי



Hou Dian Bu

צד אחורי



Qiang Dian Bu

צד קידמי



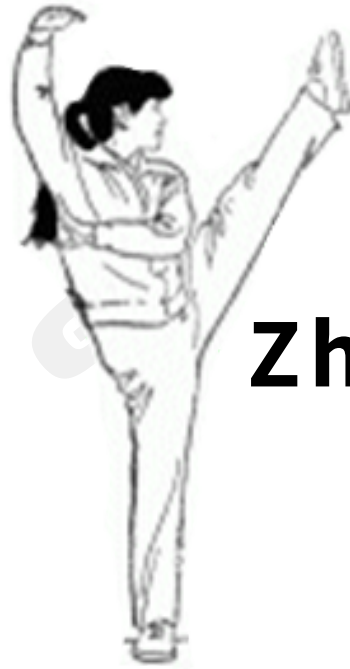


1. עמידות מוציא

Bouxing/בוקסינג

烟石平恒

Yān shí píng héng



这句推平衡

Zhè jù tuī píng héng

谭海平恒

Tán hǎi píng héng



王越平衡

Wáng yuè píng héng



养生平衡

Yǎngshēng píng héng





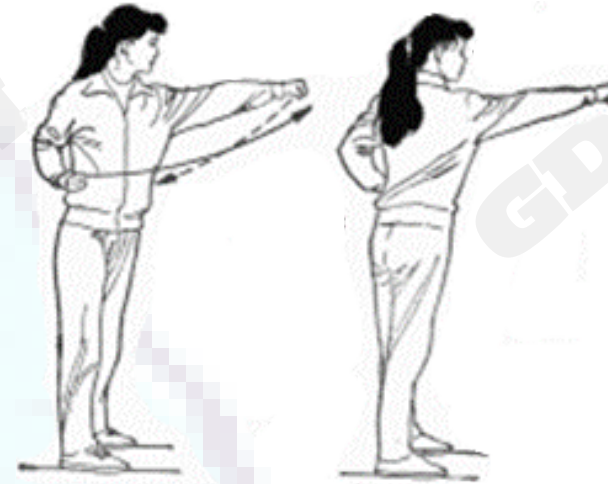
2. נשק טבני

שוסינג/ shouxing



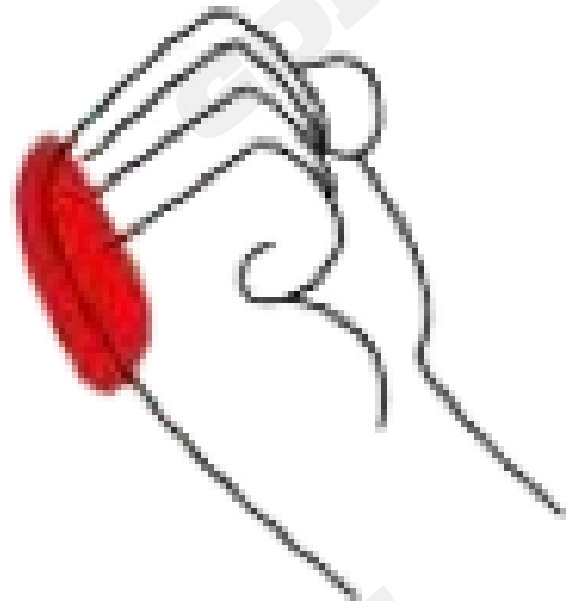
并步 Pingquan

אגרוף ישיר התקפי
יד ורגל ימין/שמאל



崇泉 Chongquan

אגרוף ישיר



安全 Bianquan
אגרוף גב היד (בק פיסט)



礼券 Liquan

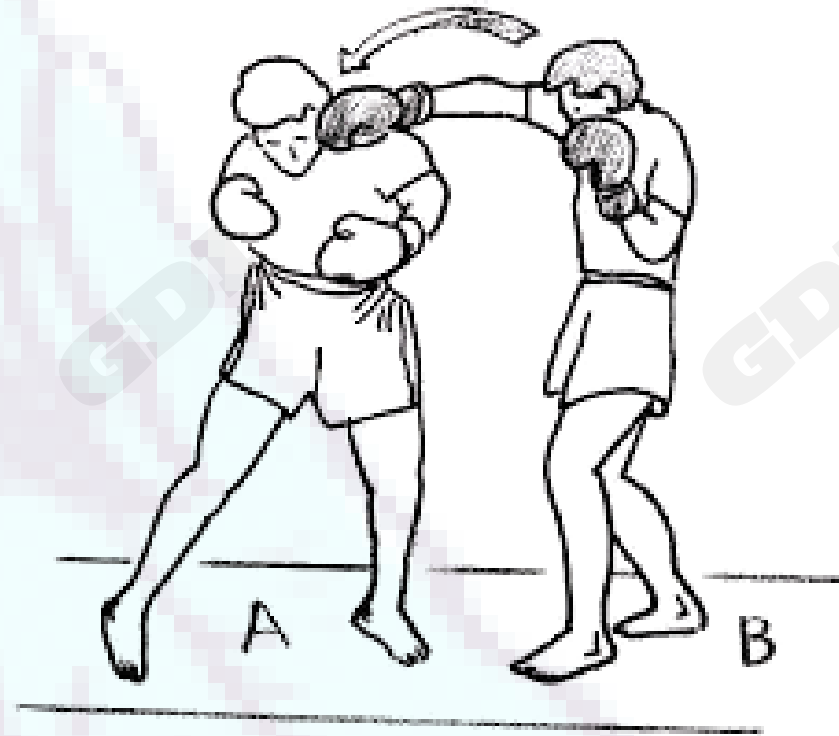
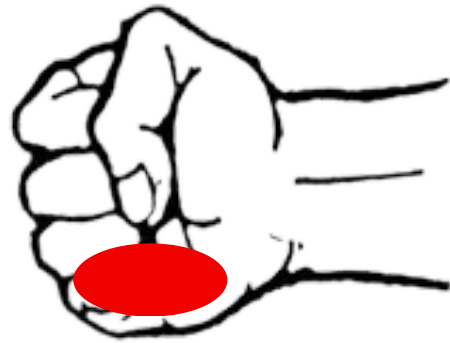
אגרוף ישיר הגנתי
רגל ויד נגדית



2. נשק טבני

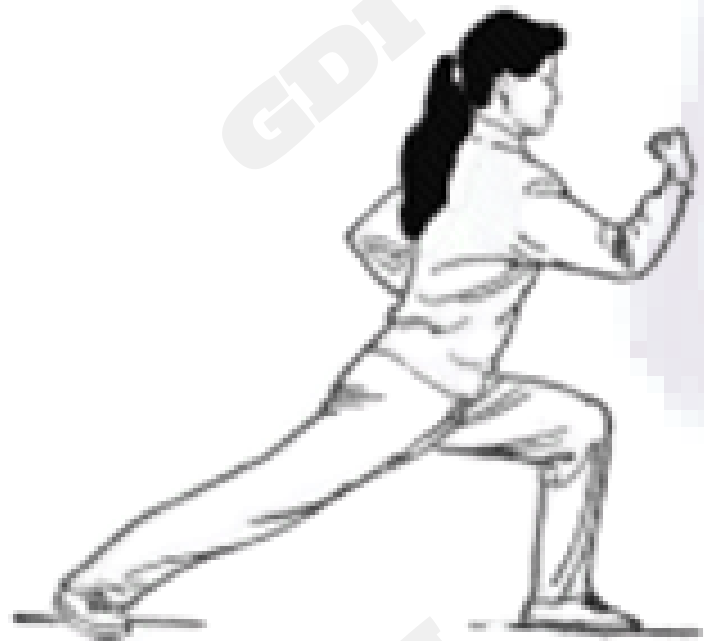
שוסינג/ shouxing

劈拳 Piquan
אגרוף פטיש



官权 Guanquan
אגרוף מעגלי

装全 Zhuangquan
אגרוף אפרקאט



圈券 Bengquan
אגרוף גב היד יורד



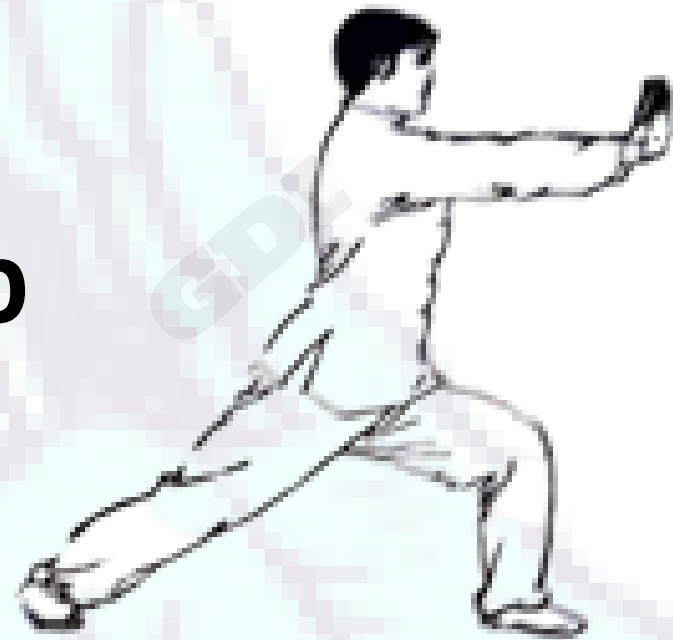


2. נשק טבני

שוסינג/shouxing



看漲 Kanzhang
מכת חתך אופקי



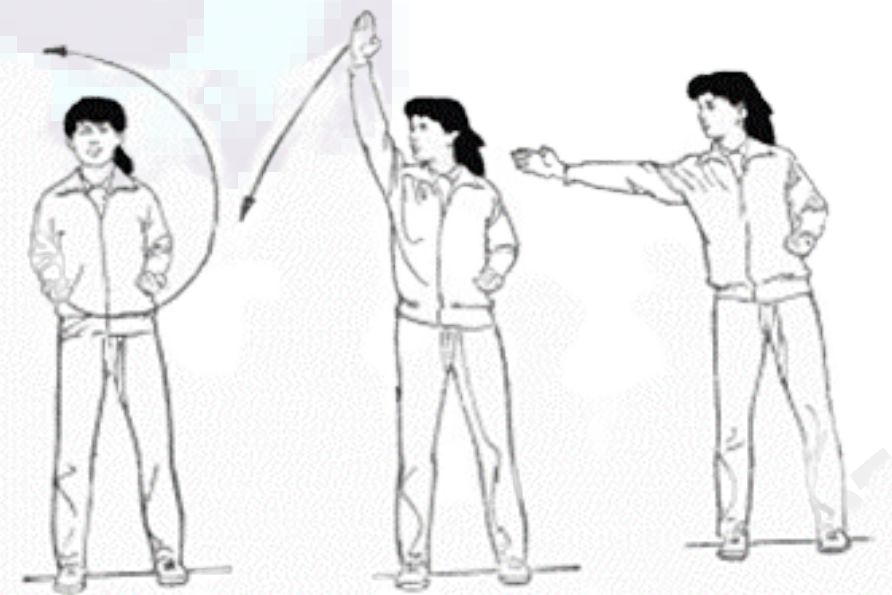
直接掌 Tuizhang
כף יד ישירה (דחיפה)



廖正 Liao Zhang
(כף יד עולה (איזור מפשעות)



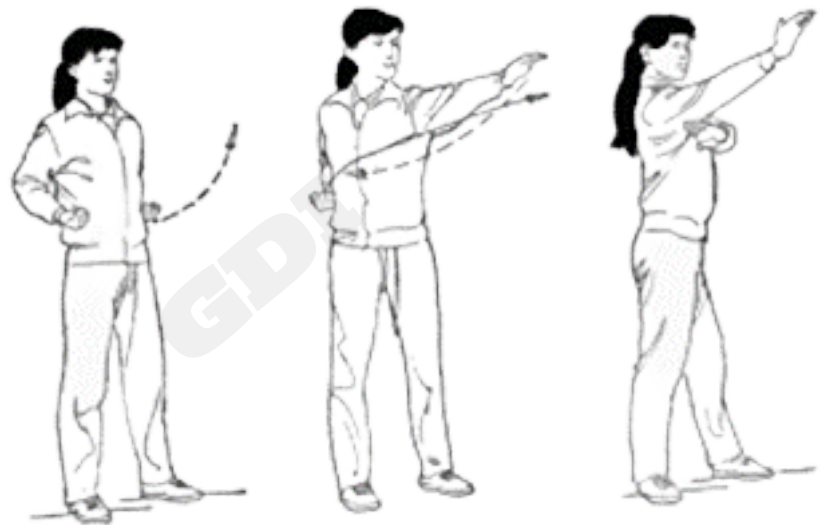
皮张 Pizhang
מכת חתך יורדת





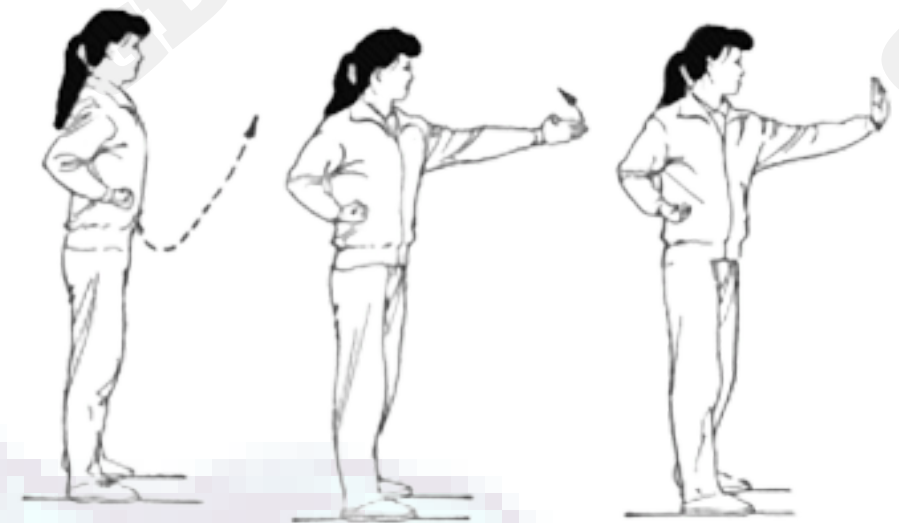
2. נשק טבועי

שוסינג/shouxing

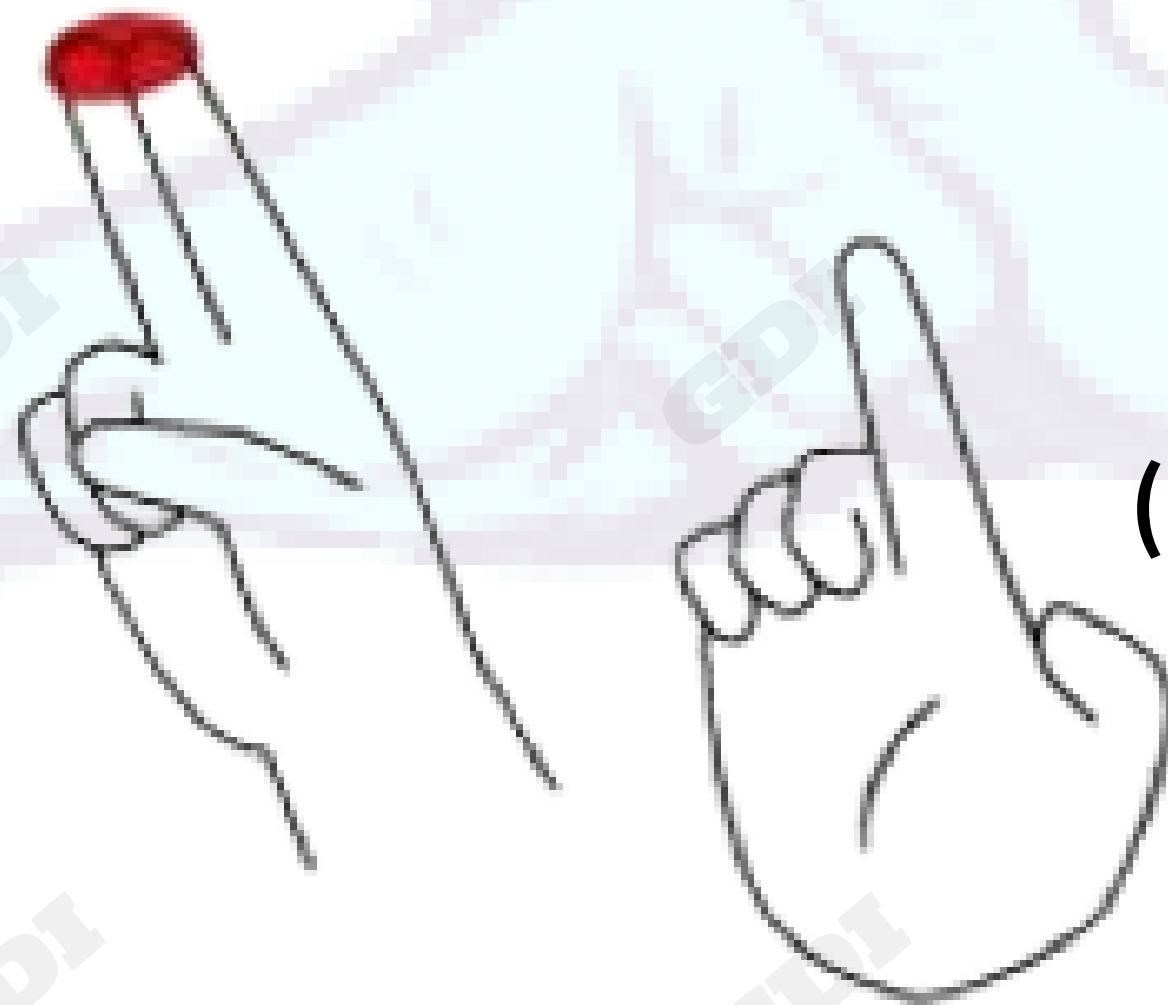


船长 Chuanzhang
קפיד (נעיצה קצות האצבעות)

装章 Tiaozhang
כף יד ישירה (הגנה)



黄纸 Shuang zhi
שני אצבעות (ספציפי ג'יאן)



胆汁 Dan zhi
הגודל ואצבע (ספציפי "נאן צ'ואן")



2. נשק טבני

שוסינג/shouxing



טפרי דרקון
龙爪 Lóng zhǎo



טפרי טיגריס
虎爪 Hǔ zhǎo

כנפי נשר
手势 Qian shou shi



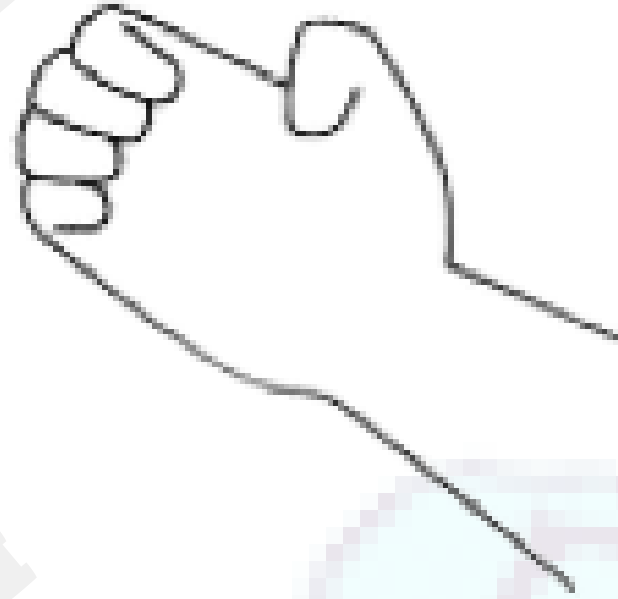
טפרי נשר
鹰爪 Yīng zhǎo



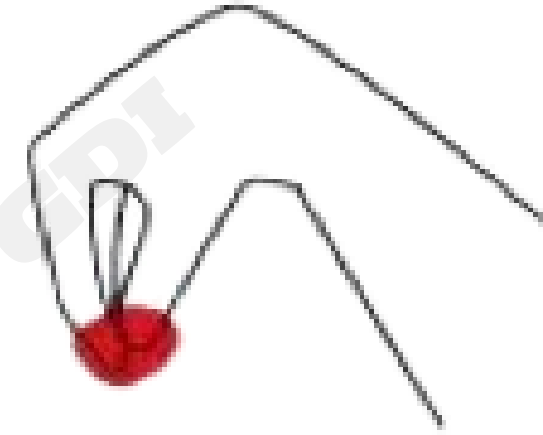


2. נשק טבני

שוסינג/ shouxing



豹爪 Bào zhǎo
טפרי נמר



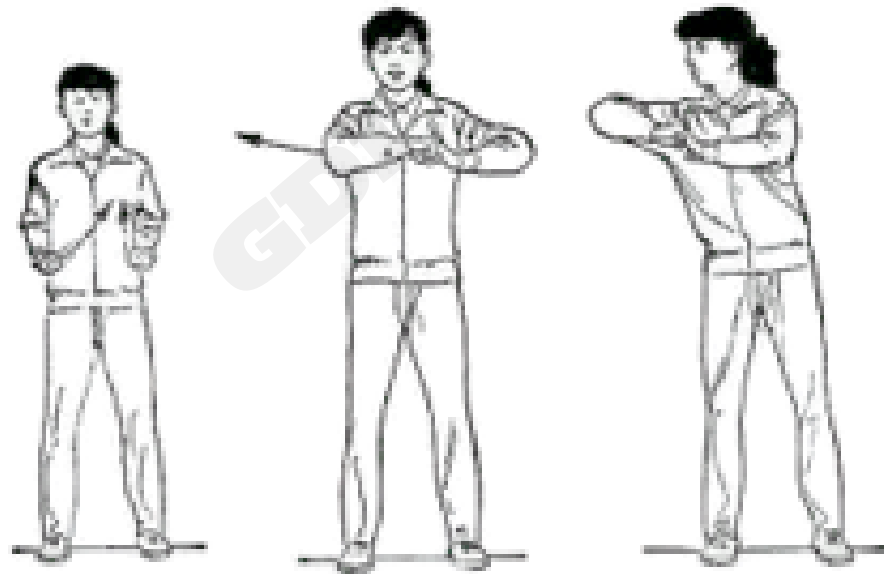
钩全 Gōu quán

II



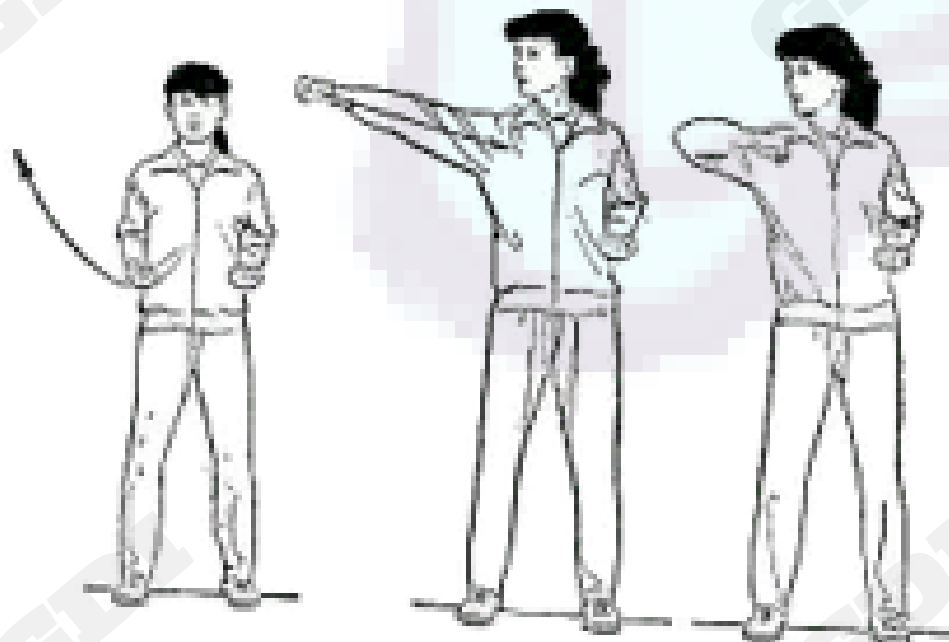
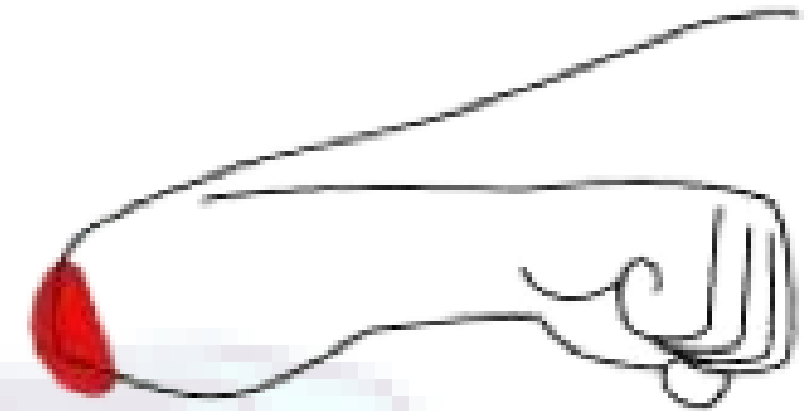
2. נשק טבועי

שוסינג/ shouxing



症状周 Zheng zhuang zhou
מרפק עולה

恒定周 heng ding zhou
מרפק צדדי



潘州 Pan zhou
מרפק מעגלי



2. נשק טבני

שוסינג/shouxing

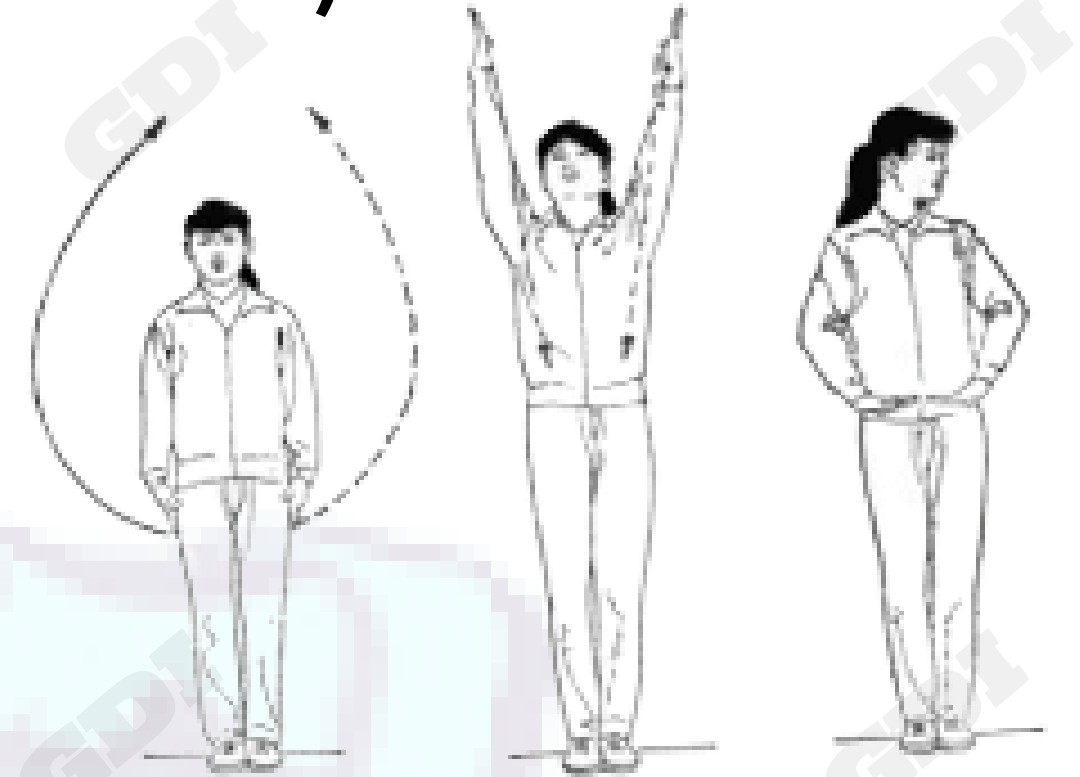
张章 Bo zhang

כף היד לחיצה מטה (חסימה אמצעית)



按章 An zhang

כף היד לחיצה מטה (חסימה נמוכה)



חסימת כף היד כלפי מעלה

甲醛 Jia quan





2. נשק טבני

שוסינג/shouxing



格挡 Ge Dang
אגרוף חסימה אמצעית



אגרוף חוסם למטה
接圈 Jie quan



חסימת אגרוף (גב היד) כלפי מטה
压圈 Ya quan



2. נשק טבעי

שוסינג/ shouxing

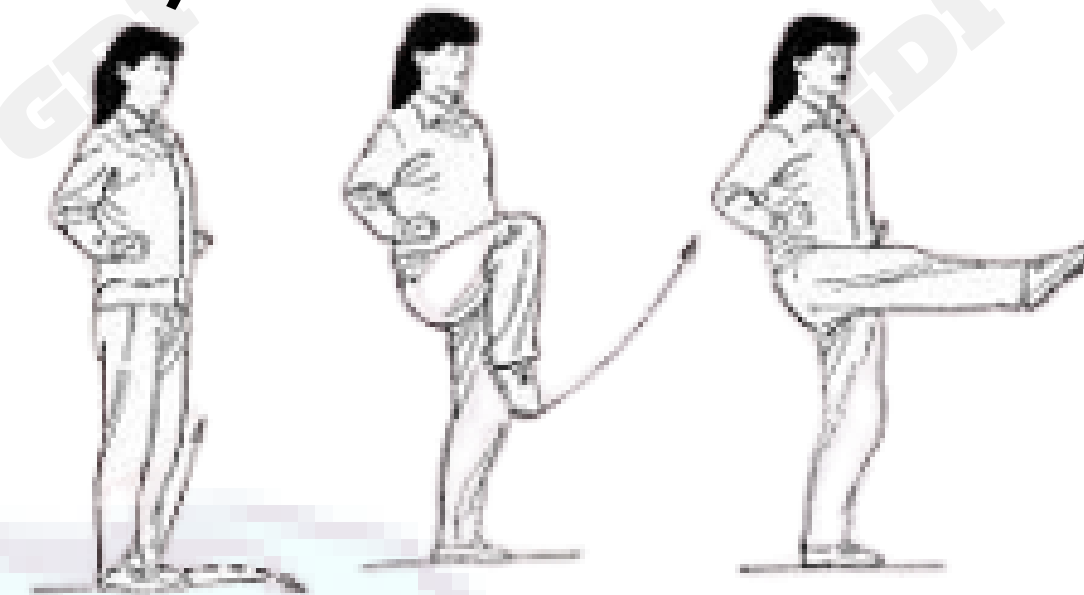
张章 Deng tui

בעיטה ישירה בפלקס (דחיפה)

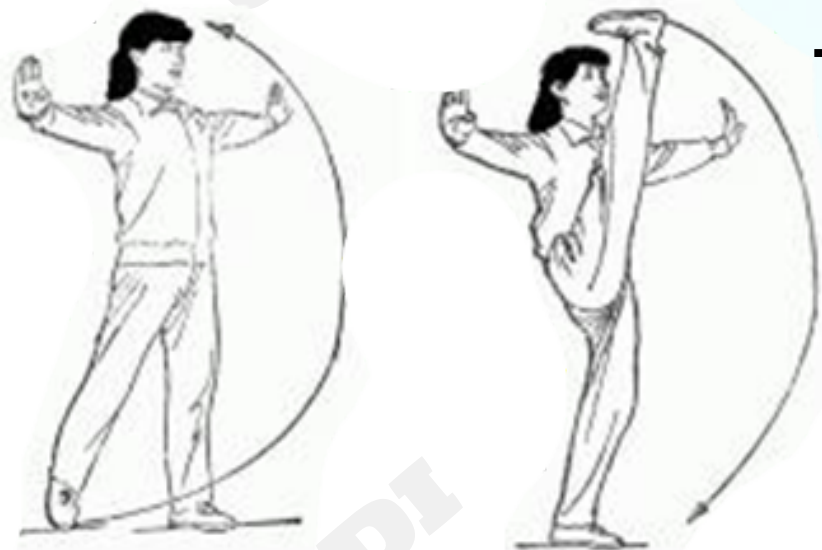


弹腿 Tan tui

בעיטה ישירה בפוינט (עולה)



正踢腿 Zheng ti tui
ענפה ישרה



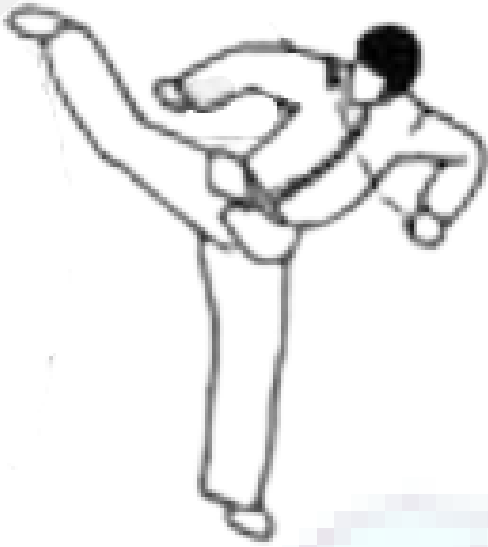
便退 Bian tui
בעיטה מעגלית



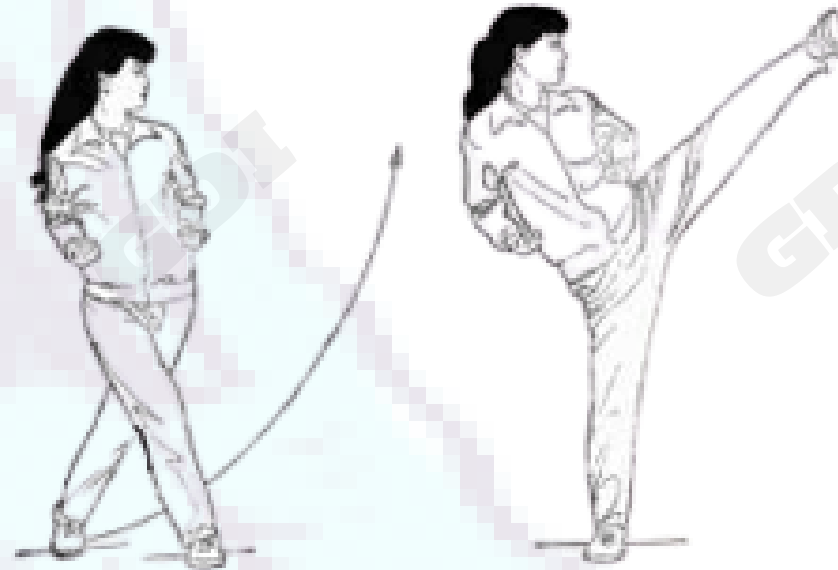
2. נשק טבני

שוסינג/ shouxing

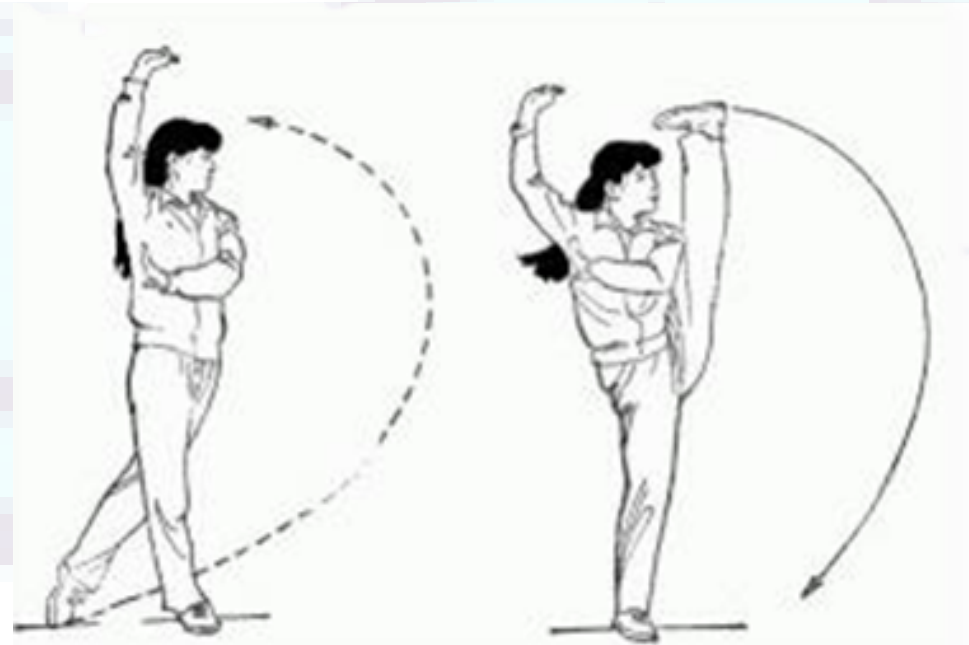
后摆腿 Hou Bai tui
בעיטה מעגלית הפוכה



侧踹腿 Ce chuai tui
בעיטה צדדית



侧踢腿 Ce ti tui
ענפה צדדית



狗踢腿 Gou ti tui
בעיטת כלב

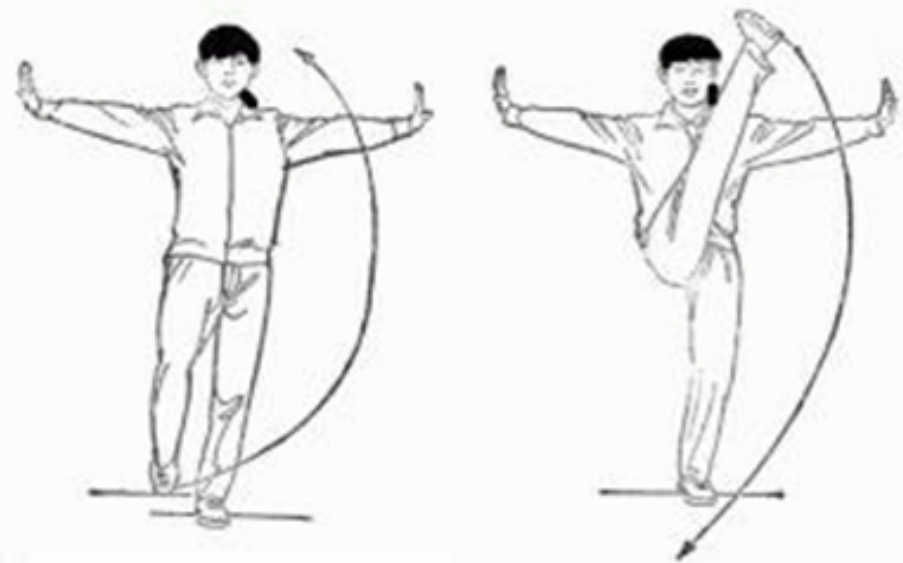




2. נשק טבני

שוסינג/ shouxing

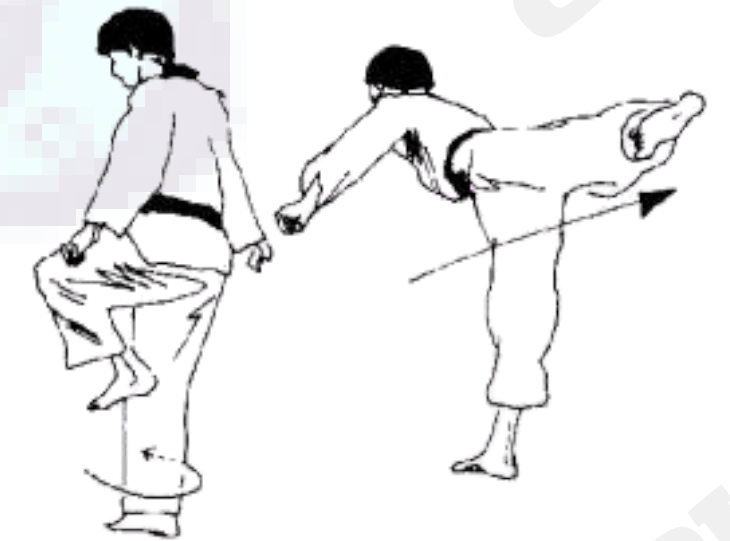
爱摆腿 Wai bai tui
ענפה פנימי



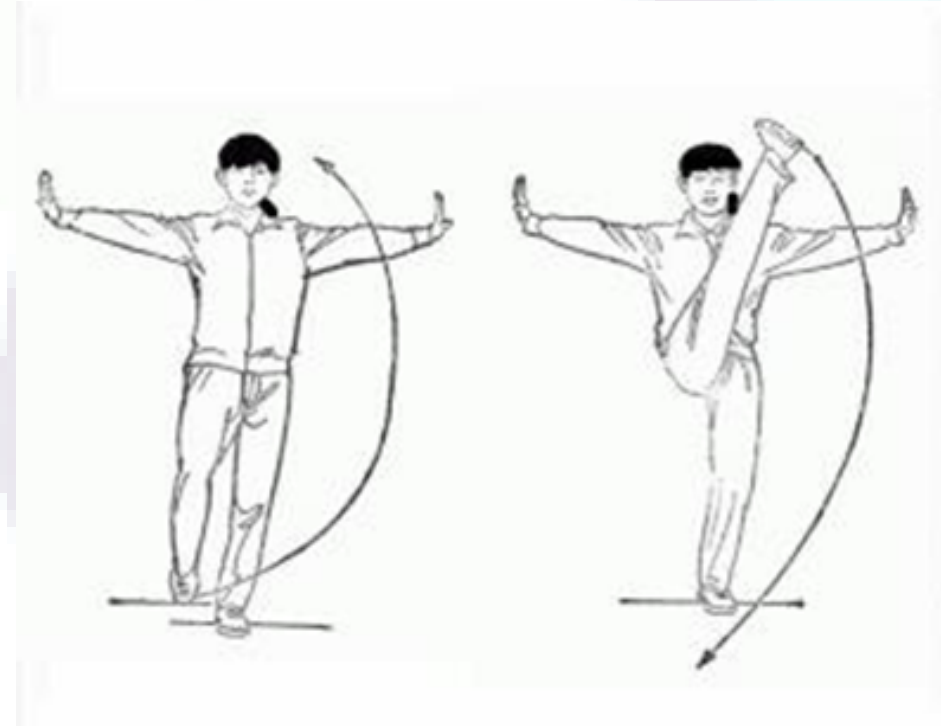
里合腿 Li he tui
ענפה חיצוני



到底退 Dao di tui
בעיטה אחורית (בעיטת סוס)



斜踢腿 Xie ti tui
ענפה אלכסונית

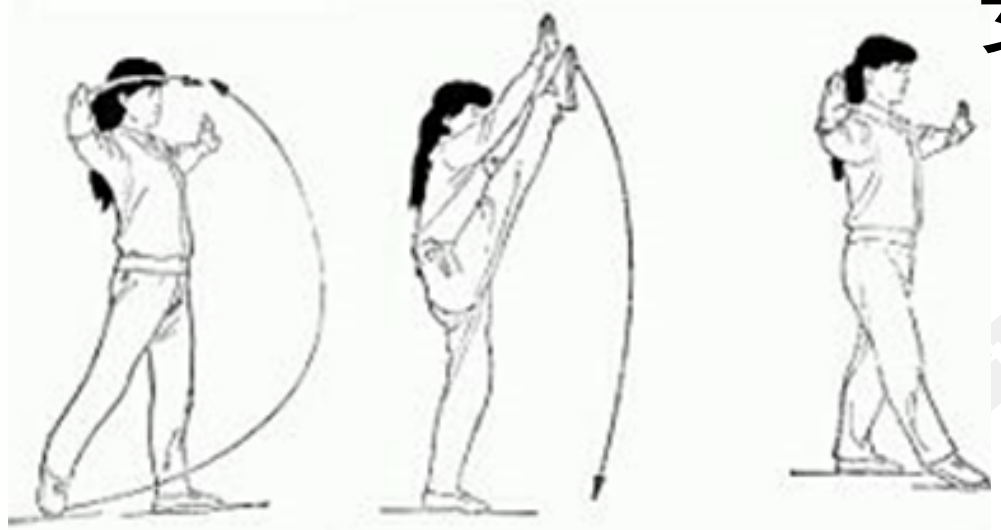




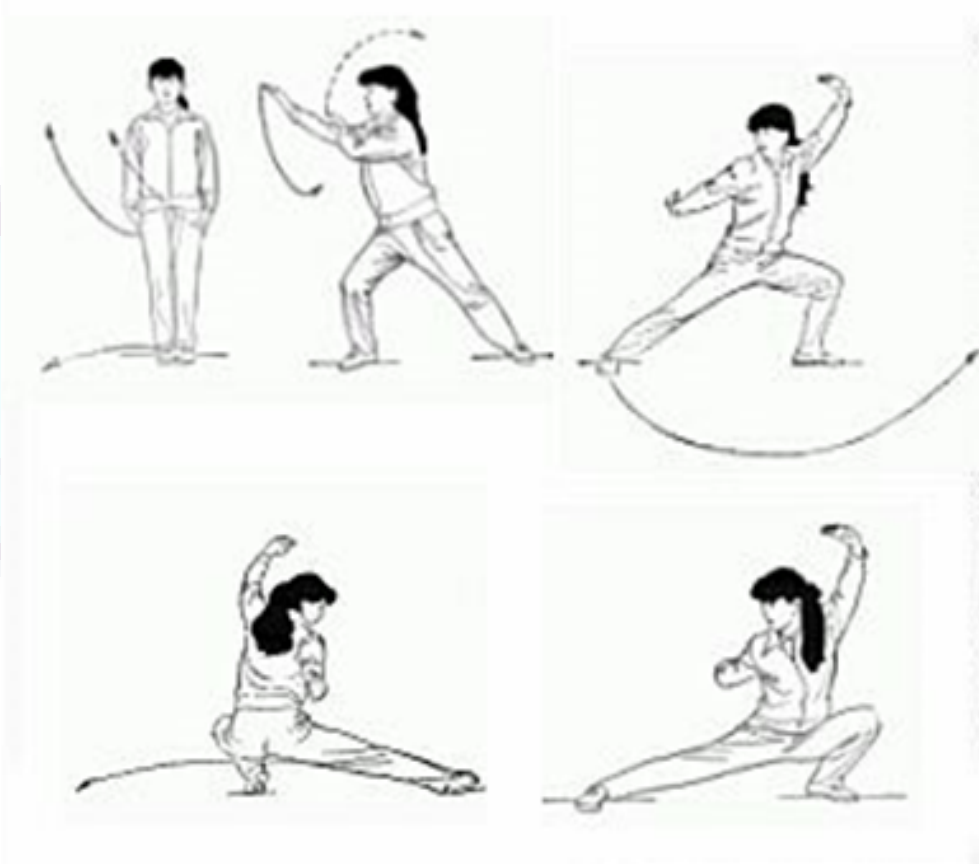
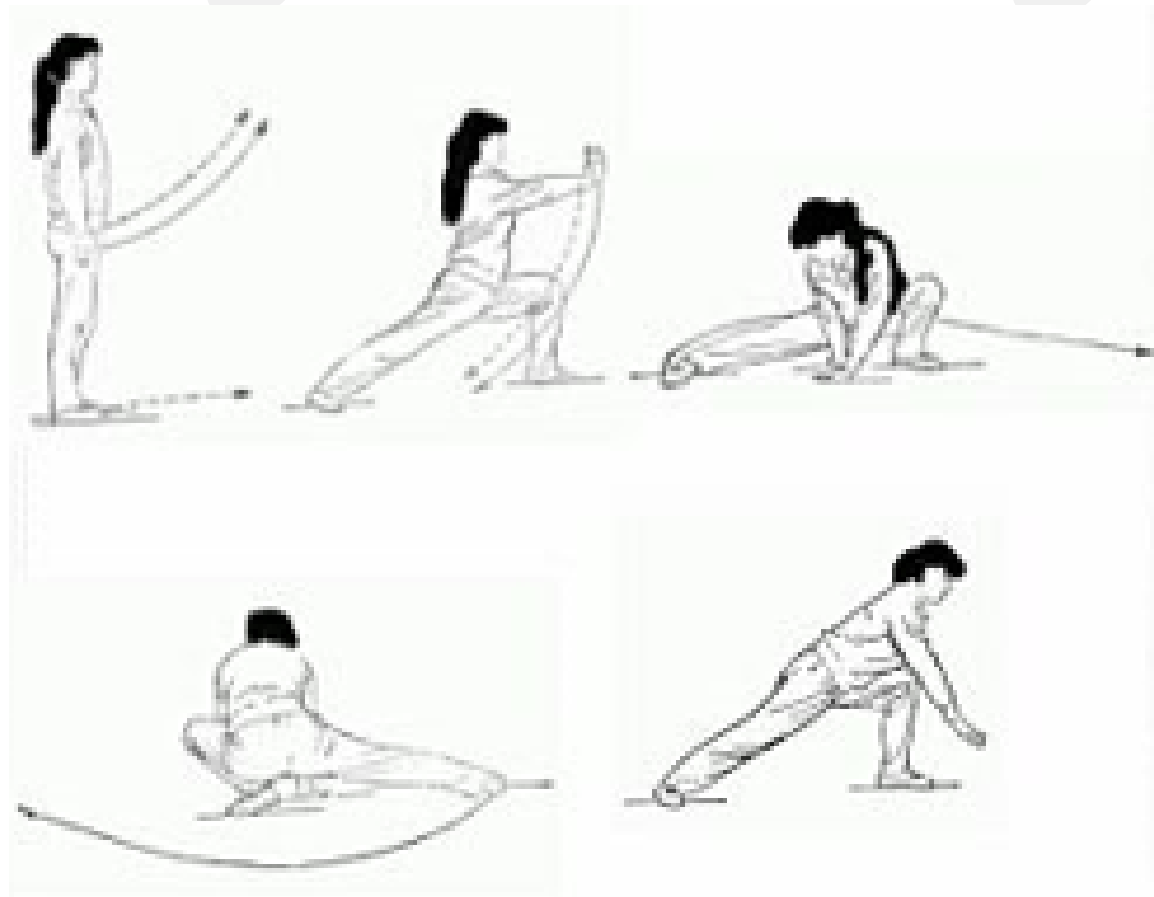
2. נשק טבועי

שוסינג/ shouxing

偶扫腿 Hou sao tui
התלה אחורית



安排叫 Dan pai jiao
ענפה חיצוני עם יד



前扫腿 Qian sao tui
התלה קידמית



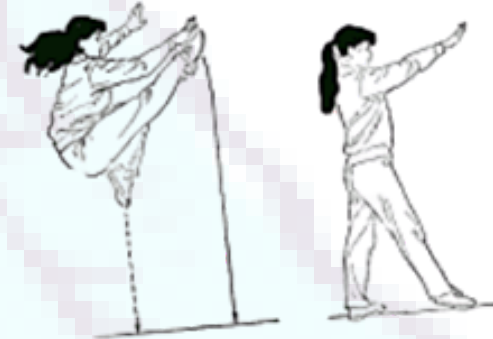
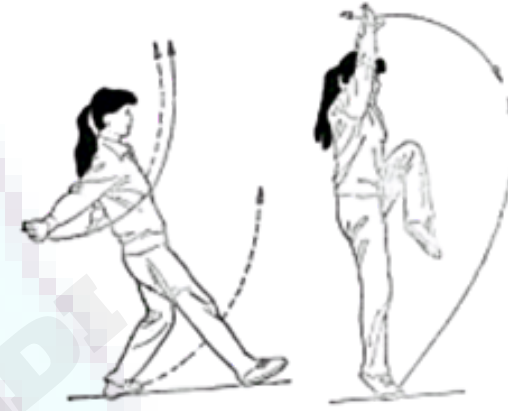
2. נשק טבני

שוסינג/ shouxing

藤空栓飞角

Teng Kong Shuan Fei Jiao

בעיטה כפולה ישירה בקפיצה



腾空飞角

Teng Kong Fei Jiao

בעיטה ישירה בקפיצה



被另 Ve bei ling

בעיטה חיצונית בקפיצה



恩蜂胶 Shuen feng jiao

בעיטה פנימית בקפיצה





2. נשק טבני

שוסינג/shouxing



张章侧晒

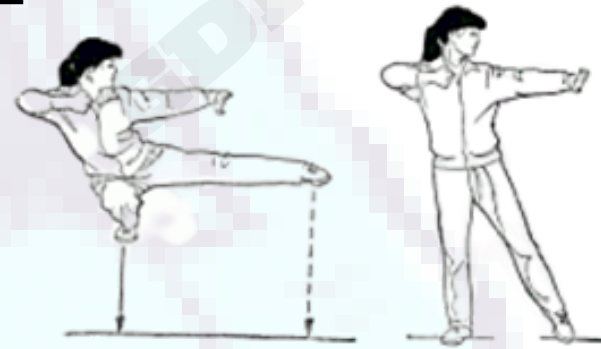
Teng Kong Deng Ti

בעיטה ישירה פלקס בקפיצה



腾空侧晒 Teng Kong Ce chuai

בעיטה צדדית בקפיצה

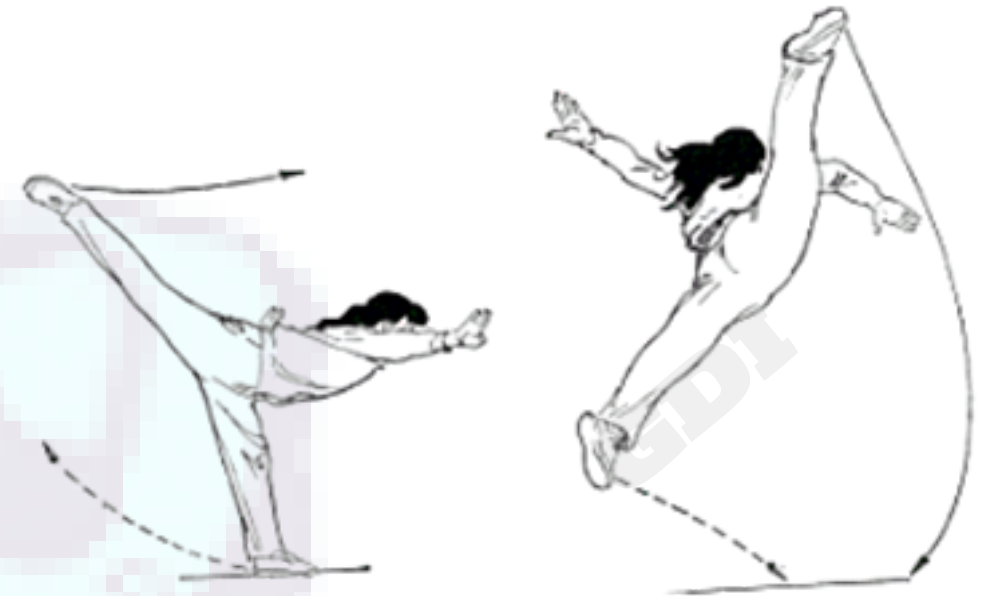
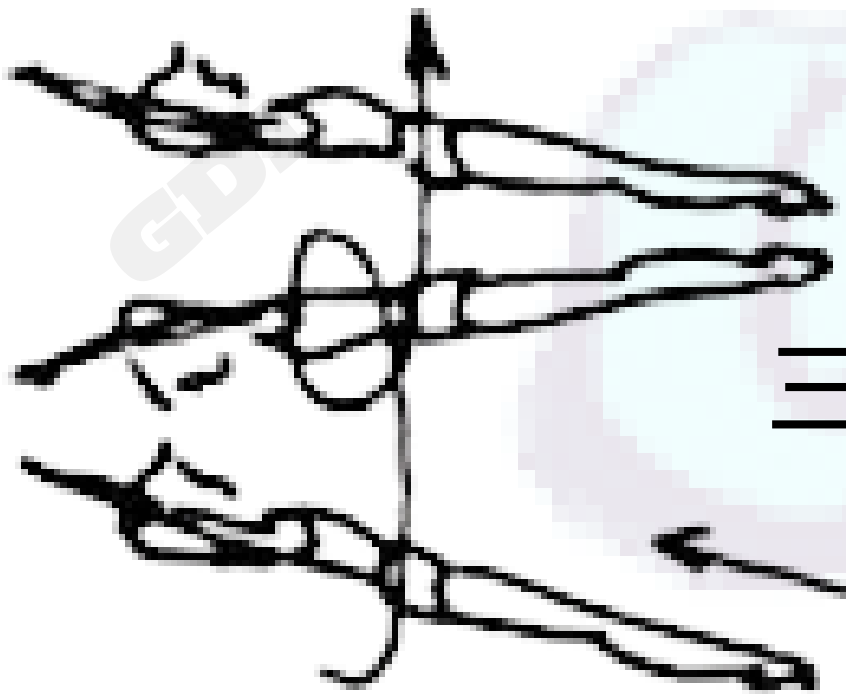


殊恩智 Shuen zhi

קפיצת פרפר

三百六十 San bai liu

בורג 360





2. נשק טבני

שוסינג/ shouxing



腿滴哦 Pan tui die

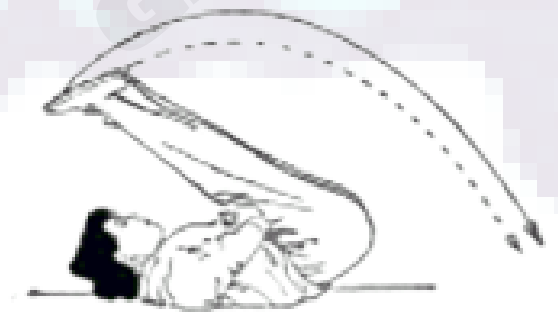
בעיטה מעגלית נחיתה בשכיבה
("נאן צ'ואן" ו- "דיטאנג צ'ואן")



派克和努克飞跃

Hou Gun Fan

קפיצת ראש



鲤鱼跃 Li yu da ting

קפיצת ראש





2. נשק טבני

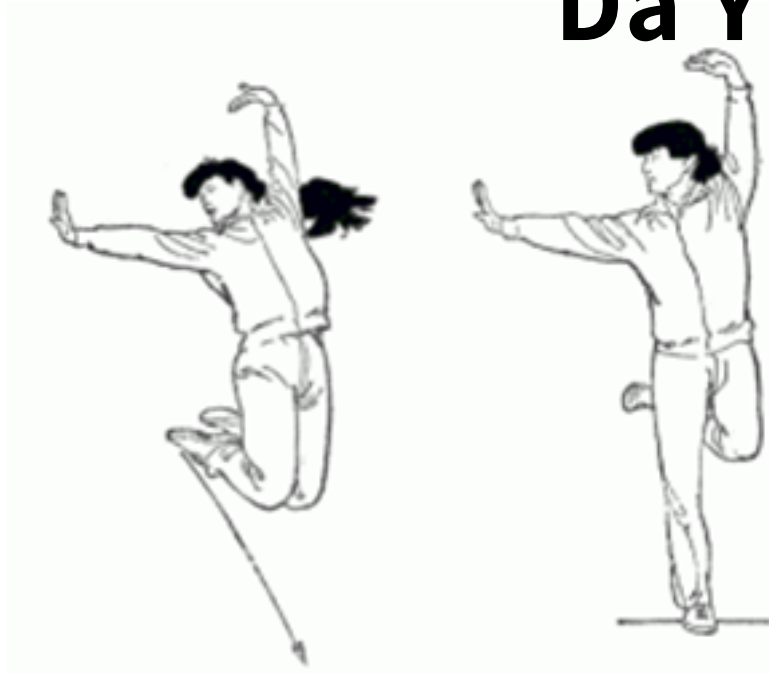
שוסינג/ shouxing

大悦布千川

Da Yue Bu Qian Chuan

קפיצת הנק

("צ'אנג צ'ואן")



和空房 Che kong fang

גלגלון בלי ידיים



这帅 Ce Shuai



蒲湖 Pú hú



普帝崩 Pu Di Beng



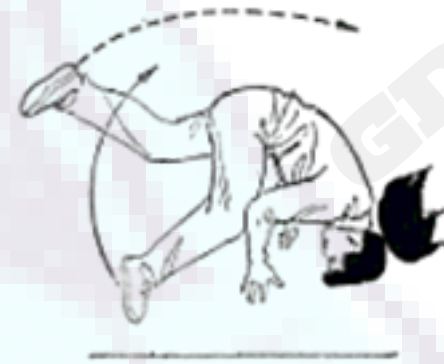


2. נשק טבני

שוסינג/shouxing

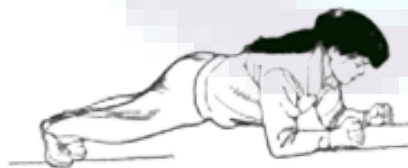


杨帅 Yáng shuài



北强 Běi qiáng
גלגול

在北 Zài běi





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

פתגם עתיק של מחוז Shanxi

