



# LEXIQUE DU VING TSUN

Yong Chun, Wing Chun, Wing Tsun, Ving Tsun, Wing Tchun, etc



## NOMS ET CONCEPTS DE BASE :

VING TSUN (詠春) : printemps radieux

KUNG FU (功夫) : compétence acquise par un effort

LOI LAU (來留) : absorber ce qui vient

HUI SONG (去送) : poursuivre ce qui part

LAT SAU JIK CHUNG (甩手直衝) : frapper instinctivement, force élastique, énergie ressort

SAO (手) : main

KUEN (拳) : poing

GERK (脚) : pied, jambe

KWOON (館) : salle d'entraînement

## FORMES (TAO) :

SIU NIM TAO (小念頭) : 1ère forme (la petite idée)

CHAM KIU (尋橋) : 2ème forme (chercher, faire le pont)

BIU JEE (鏢指) : 3ème forme (les doigts qui pointent)

MUK YAN JONG (木人樁) : forme au mannequin de bois

LUK DIM BOON GWAN (六點半棍) : forme au bâton

BAAT JAAM DO (八斬刀) : forme aux couteaux papillon

## LES FRAPPES :

YAT JI KUEN (日字拳) : coup de poing vertical (« signe du soleil »)

LIN WAN KUEN (連環拳) : coups de poing à la chaîne

BIU SAU (鏢手) : frappe des doigts

FAAK SAU (拂手) : frappe du tranchant de la main (« fouet de la main »)

JING JEUNG (正掌) : coup de paume vertical (« doigts vers le haut »)\*

WAANG JEUNG (橫掌) : coup de paume horizontal \*

CHE JEUNG : coup de paume en bas\*

DAI JEUNG (底掌) : coup de paume vers le haut (« doigts vers le bas »)\*

PO PAAI JEUNG (抱排掌) : coup de paumes alignées

\*se transforme en TOK SAU quand il y a contrôle