

POSTURES/DEPLACEMENTS:

YI JI KIM YEUNG MA (二字鉗羊馬): posture triangle de base

JUEN MA (轉馬): pivots

SAAM GOK MA : déplacement triangulaire en avant ou en arrière à partir de la position de base

SEUNG MA (上馬): déplacement en avant

TUI MA (退馬): reculer en pivot, déplacement en diagonale arrière

CHIU YING : faire face, épaules de face

DUI GOK MA : faire face, dans la position du pivot

MOUVEMENTS DE BRAS :

BONG SAU (膀手): monter le coude, bras en forme d' aile

FOOK SAU (伏手): main qui soumet

GAAN SAU : main qui couvre

GAN SAU (伏手): main qui divise

GUM SAU (揸手): main qui presse (vers le bas)

HUEN SAU (圈手): rotation du poignet

JAM SAU (枕手): descendre le coude

JAAM SAU (斬手): bras qui coupe, voir couteaux

JAT SAU (窒手): main qui saccade, choc de la main

JIT SAU (接): dans la deuxième forme, JAT SAU et TOK SAU en même temps

LAAN SAU (攔手): main en barrière

KWAN SAU (捆手): bras en rotation

LAP SAU (拉手): tirer avec la main

MAN SAU (問手): main qui cherche

PAAK SAU (拍手): main qui frappe

TAAN SAU (攤手): main qui dévie la force, paume vers le haut

TOK SAU (托手): contrôle de la main

WU SAU (護手): main qui garde ou protège