

# 「伝統陳式太極拳精煉 26 勢」動作名称



作成：神戸中国武術協会 2021年1月

套路説明について：「伝統陳式太極拳精煉 26 勢」は「老架」バージョンと「新架」バージョンの 2 種類があります。動作名称は同じですが、内容は全く違います。この「26 勢」は伝統陳式太極拳老架一路、新架一路の基礎として、大変重要な套路です。長い老架一路と新架一路を覚えるため、先ず、この套路を取得しましょう。			第 3 組		
			12	Shou3 di3 kan4 chui2 肘底看拳	チョウディカンチュエン 肘底看拳
			13	Dao4 juan3 gong1 倒卷肱	ダオジュアンゴン 倒卷肱
			14	Bai3 e2 liang4 chi4 白鵝亮翅	バイウーリャンチー 白鵝亮翅
第 1 組					
1	Yu4 bei4 shi4 预备式	ユーベイシー 予備式	15	Xie2 xing2 斜行	シエシン 斜行
2	Jin1 gang1 dao3 zhui1 金剛搗碓	ジンガンダオドウイ 金剛搗碓	16	Shan3 tong1 bei4 閃通背	シャントンベイ 閃通背
3	Lan3 zha1 yi1 懶扎衣	ランザーイー 懶扎衣	17	Yang2 shou3 gong1 quan2 掩手肱拳	イエンショウゴンチュエン 掩手肱拳
4	Liu4 feng1 si4 bi4 六封四閉	リウフォンズービー 六封四閉	18	Liu4 feng1 si4 bi4 六封四閉	リウフォンズービー 六封四閉
5	Dan1 bian1 单鞭	ダンビエン 单鞭	19	Dan1 bian1 单鞭	ダンビエン 单鞭
第 2 組			第 4 組		
6	Yun2 shou3 云手	ユンショウ 雲手	20	Que4 di4 long2 雀地龍	チュエディロン 雀地龍
7	qian2 tang1 前蹬	チェンタン 前蹬	21	Shang4 bu4 qi1 xing1 上步七星	シャンブーチーシン 上步七星
8	Yang2 shou3 gong1 quan2 掩手肱拳	イエンショウゴンチュエン 掩手肱拳	22	Xia4 bu4 kua4 hu3 下步跨虎	シャーブークアファー 下步跨虎
9	Bie1 shen1 chui2 撇身捶(老架)	ビエシェンチュイ 撇身捶(老架)	23	Shuang1 bai3 lian2 双摆莲	シャンバイリエン 双擺蓮
	Bei4 zhe2 kao4 背折靠(新架)	ベイジョーカオ 背折靠(新架)	24	Dang1 tou2 pao4 当头炮	ダントウパオ 当头炮
10	Qing1 long2 chu1 shui3 青龙出水	チンロンチューシュエイ 青龍出水	25	Jin1 gang1 dao3 zhui1 金剛搗碓	ジンガンダオドウイ 金剛搗碓
11	Shuang1 tui1 shou3 双推手	シャントイショウ 双推手	26	Shou1 shi4 收式	ショウシ 収式

