

カンフー体操 1 (海賊版) 水墨扇図解

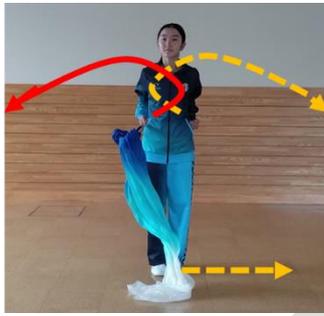
produced by M. ISHIKAWA,

modeled by Y. SUGIYAMA

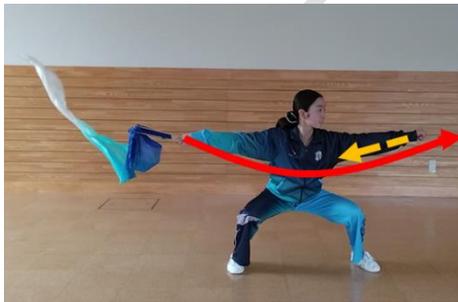
T-ENSEI KAI 2024 June



预备姿势



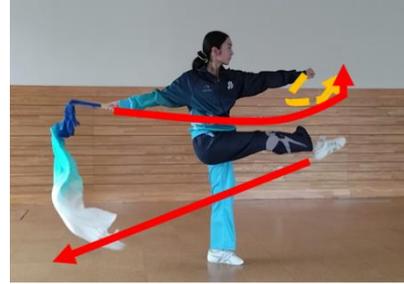
1 併步抱扇



2 马步劈扇



3 弓步刺扇



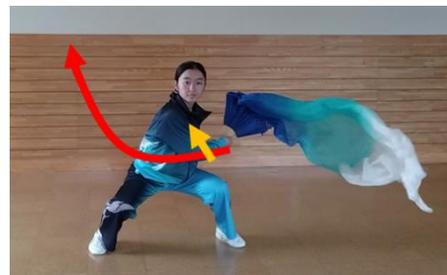
4 弹腿冲拳



5 弓步开扇



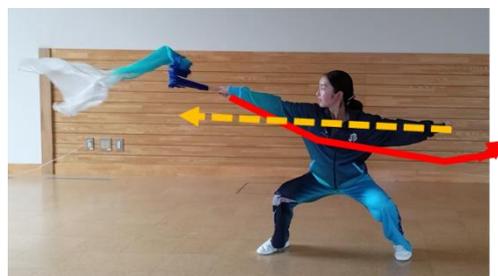
6-1 马步缠头扇



6-2



7,8 马步推掌



2 马步平劈扇



1-1 併步云合扇



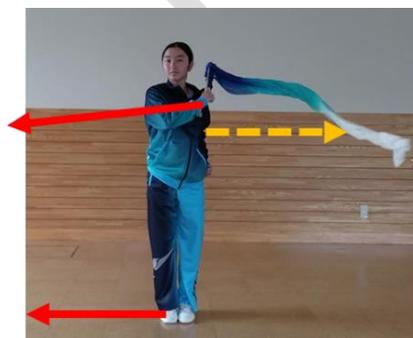
3 弓步冲拳



1-2



4 弹腿刺扇



1-3



5 弓步轮劈扇



6-1 馬步掃扇



6-2 絞扇馬步推掌



7,8 馬步劈扇



1 併步抱拳



还原

図の前に割り振られた数は、カンフー体操1と合わせて行う際の号令に対応します。

“劈”は“点”に変えたり、始めの“刺”は“撩”に変えたりできます。

布をさばける範囲で、“缠头”や“云”も適宜変化させます。

○文献

普及用長拳、(社)日本武術太極拳連盟