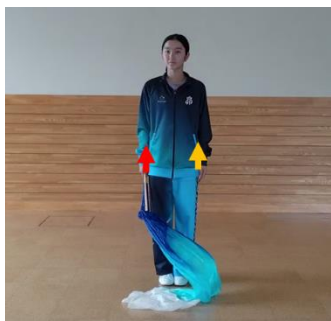


カンフー体操 1 (海賊版) 水墨扇図解

produced by M. ISHIKAWA,
modeled by Y. SUGIYAMA
T-ENSEI KAI 2024 June



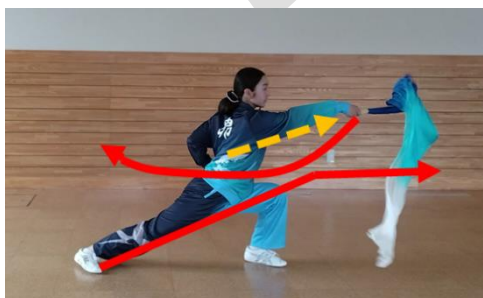
预备姿势



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



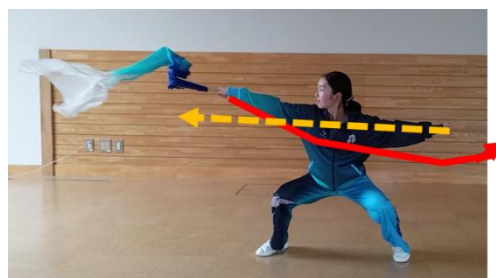
6-1 马步缠头扇



6-2



7,8 马步推掌



2 马步平劈扇



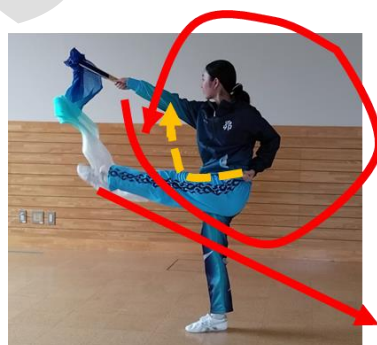
1-1 併步云合扇



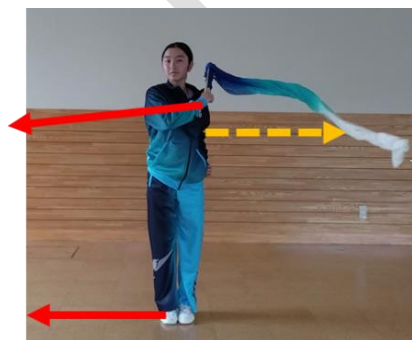
3 弓步冲拳



1-2



4 弹腿刺扇



1-3



5 弓步轮劈扇



6-1 马步扫扇



6-2 绞扇马步推掌



7,8 马步劈扇



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