

FORME 24 du style YANG dite forme de Pékin

1	Ouverture	qǐ shì	起勢
2	Séparer la crinière du cheval, à gauche et à droite	zuǒ / yòu / yě mǎ fēn zōng gauche / droite /	左右野馬分鬃
3	La grue blanche déploie ses ailes	bái hè liàng chì	白鶴亮翅
4	Brosser le genou, à gauche et à droite	Zuǒ / yòu / lǒu xī ào bù	左右揉膝拗步
5	Jouer du pipa	shǒu huī pí pá	手揮琵琶
6	Reculer en repoussant le singe, à gauche et à droite	zuǒ yòu dào juǎn gō	左右倒卷肱
7	Saisir la queue de l'oiseau, à gauche	zuǒ lǎn què wěi	左攬雀尾
8	Saisir la queue de l'oiseau, à droite	yòu lǎn què wěi	右攬雀尾
9	Simple fouet à droite	yòu dān biān	單鞭
10	Mouvoir les mains comme des nuages	yún shǒu	-云手
11	Simple fouet à droite	yòu dān biān	單鞭
12	Flatter l'encolure du cheval	gāo tàn mǎ 高探馬	高探馬
13	Coup de talon, à droite	yòu dēng jiǎo	右蹬腳
14	Fraper les oreilles du tigre	shuāng fēng guàn ěr	雙峰貫耳
15	Tourner et coup de talon, à gauche	zhuǎn shēn zuǒ dēng jiǎo	轉身左蹬腳
16	Le serpent qui rampe à gauche, puis le coq d'or se tient sur une patte	zuǒ xià shì dú lì	左下勢獨立
17	Le serpent qui rampe à droite, puis le coq d'or se tient sur une patte	yòu xià shì dú lì	右下勢獨立
18	La fille de jade lance la navette, à gauche et à droite	zuǒ / yòu / chuān suō	左右穿梭
19	L'aiguille au fond de la mer	hǎi dǐ zhēn	海底針
20	Séparer les mains comme un éventail	shǎn tōng bì	閃通臂
21	Tourner et coup de poing	zhuǎn shēn bān lán chuí	轉身搬攔錘
22	Fermeture apparente	rú fēng sì bì	如封似閉
23	Croiser les mains	shí zì shǒu	十字手
24	Fermeture	shōu shì	收勢