



Neuer Rahmen, Zweite Form

chen shi tai ji quan xin jia er lu (paochui)

Teil 1.

- | | | |
|----|----------------------|---|
| 01 | yu bei shi | Vorbereitungsstellung |
| 02 | jin gang dao dui | Buddhas Wächter stampft mit dem Stößel |
| 03 | lan zha yi | Den Mantel befestigen |
| 04 | lui feng si bi | Sechs mal versiegelt, viermal verschlossen |
| 05 | dan bian | Einzelne Peitsche |
| 06 | ban lan zhou | Beidseitig mit dem Ellenbogen blockieren |
| 07 | hu xin quan | Mit der Faust das Herz schützen |
| 08 | ao bu xie xing | Geschickt nach vorne schreiten und die schräge Stellung einnehmen |
| 09 | sha yao ya zhou quan | Mit der Hüfte stoppen und dem Ellenbogen pressen |
| 10 | jing lan zhi ru | Den Strick gerade in den Brunnen hineinlassen |
| 11 | feng sao mei hua | Der Wind fegt die Pflaumenblüte |
| 12 | jing gang dao dui | Buddhas Wächter stampft mit dem Stößel |

Teil 2.

- | | | |
|----|---------------------|---|
| 13 | bi shen chui | Mit der Faust den Körper schützen |
| 14 | pie shen quan | Die Faust folgt dem eingedrehten Körper |
| 15 | zhan shou | Mit der Hand abschlagen |
| 16 | fan hua wu xiu | Die Blume dreht sich herum und tanzt mit den Ärmeln |
| 17 | yan shou gong quan | Die Hand verdeckt Arm und Faust |
| 18 | fei bu ao luan zhou | Fliegender Schritt und mit dem Ellenbogen (wie ein Phönix) durchbrechen |
| 19 | yun shou | Kreisende Hände |
| 20 | gao tan ma | Hoch in Richtung des Pferdes strecken |
| 21 | yun shou | Kreisende Hände |
| 22 | gao tan ma | Hoch in Richtung des Pferdes strecken |
| 23 | lian zhu pao | Anhaltendes Feuern |
| 24 | lian zhu pao | Anhaltendes Feuern |
| 25 | lian zhu pao | Anhaltendes Feuern |
| 26 | dao qi lin | Qilin dreht sich herum |
| 27 | bai shi tu xin | Die weiße Schlange stößt ihre Zunge heraus |
| 28 | bai shi tu xin | Die weiße Schlange stößt ihre Zunge heraus |
| 29 | bai shi tu xin | Die weiße Schlange stößt ihre Zunge heraus |
| 30 | hai di fan hua | Die Blume dreht sich auf dem Meeresboden |
| 31 | yan shou gong quan | Die Hand verdeckt Arm und Faust |

Teil 3.

- | | | |
|----|-------------------|--|
| 32 | zhuan shen liu he | Den Körper drehen und sechsfach verschließen |
| 33 | zuo guo bian pao | Den Zündstoff einwickeln und zum Explodieren bringen – links |
| 34 | zuo guo bian pao | Den Zündstoff einwickeln und zum Explodieren bringen – links |





Neuer Rahmen, Zweite Form

chen shi tai ji quan xin jia er lu (paochui)

35	you guo bian pao	Den Zündstoff einwickeln und zum Explodieren bringen – rechts
36	you guo bian pao	Den Zündstoff einwickeln und zum Explodieren bringen – rechts
37	shou tou shi	Wie der Kopf einer Bestie
38	pi jia zi	Aus der Form heraus werfen
39	fan hua wu xiu	Die Blume dreht sich herum und tanzt mit den Ärmeln
40	yan shou gong quan	Die Hand verdeckt Arm und Faust
41	fu hu	Der Tiger beugt sich nach unten
42	mo mei gong	Mit dem Arm die Augenbrauen streichen
43	you huang long san jiao shui	Der gelbe Drache rührt das Wasser dreimal – rechts
44	zuo huang long san jiao shui	Der gelbe Drache rührt das Wasser dreimal – links
45	zuo deng yi gen	Linker Fersentritt
46	you deng yi gen	Rechter Fersentritt
47	hai di fan hua	Die Blume dreht sich auf dem Meeresboden
48	yan shou gong quan	Die Hand verdeckt Arm und Faust

Teil 4.

49	sao tang tui (zhuan jing pao)	Mit dem Bein die Halle fegen (Explosiv den Unterschenkel drehen)
50	yan shou gong quan	Die Hand verdeckt Arm und Faust
51	zuo chong	Vorstürmen links
52	you chong	Vorstürmen rechts
53	dao cha	Die Arme spritzen und zustoßen
54	hai di fan hua	Die Blume dreht sich auf dem Meeresboden
55	yan shou gong quan	Die Hand verdeckt Arm und Faust
56	duo er gong	Mit zwei Armen etwas ergreifen
57	duo er gong	Mit zwei Armen etwas ergreifen
58	lian huan pao	Zusammenhängende Kanonenschläge
59	yu nu chuan suo	Die Jadedrau wirft das Webschiffchen
60	hui tou dang man pao	Umdrehen und direkt auf das Tor schlagen
61	yu nu chuan suo	Die Jadedrau wirft das Webschiffchen
62	hui tou dang man pao	Umdrehen und direkt auf das Tor schlagen
63	pie shen quan	Die Faust folgt dem eingedrehten Körper
64	ao luan zhou	Mit dem Ellenbogen (wie ein Phönix) durchbrechen
65	shun lan zhou	Mit den Ellenbögen (wie ein Phönix) in gleicher Richtung schlagen
66	chuan xin zhou	Mit dem Ellenbogen in das Herz bohren
67	wo li pao	Von innen aus der Höhle explodieren
68	jing lan zhi ru	Den Strick gerade in den Brunnen hineinlassen
69	feng sao mei hua	Der Wind fegt die Pflaumenblüte
70	Jing gang dao dui	Buddhas Wächter stampft mit dem Stößel
71	shou shi	Schlussstellung

