

国際規定孫式太極拳套路動作名称



第一段			23	左倒卷肱	ス'オダ'オジュ'アンゴン
1	起勢	チーシー	24	右倒卷肱	ヨウダ'オジュ'アンゴン
2	攏扎衣	ランザ'ーイー	25	左摟膝拗歩	ス'オロウシー'アオブ'ー
3	開手	カイショウ	26	左攏扎衣	ス'オランザ'ーイー
4	合手	ホーショウ	27	開手	カイショウ
5	左単鞭	ス'オダン'ピエン	28	合手	ホーショウ
6	提手上勢	テイショウ'シャンシー	29	右単鞭	ヨウダン'ピエン
7	白鶴亮翅	ハイホ'ーリヤンツ'ー	30	右雲手	ヨウユン'ショウ
8	開手	カイショウ	31	高探馬	ガ'オタンマ
9	合手	ホーショウ	32	左分脚	ス'オフエン'ジ'アオ
10	左摟膝拗歩	ス'オロウシー'アオブ'ー	33	右分脚	ヨウフエン'ジ'アオ
11	手揮琵琶	シ'オウホ'エ'ピ'ハ'	第三段		
12	進歩搬攔捶	チ'ンブ'ー'ハンラン'ツ'エイ	34	踐歩打捶	ジ'エブ'ー'ダー'ツ'エイ
13	如封似閉	ルー'フォン'ス'ー'ビ'	35	翻身二起脚	ファン'シン'アー'チ'ー'チ'ア'オ
14	抱虎推山	ハ'オホウ'トウ'イ'シ'ヤン	36	披身伏虎	ピー'シン'フ'ー'フ'ー
15	開手	カイショウ	37	左踢脚	ス'オチ'ー'ジ'ア'オ
16	合手	ホーショウ	38	轉身右蹬脚	チ'ュ'アン'シ'エン'ヨウ'ト'ン'チ'ア'オ
17	右摟膝拗歩	ヨウ'ロウ'シー'アオブ'ー	39	進歩左搬攔捶	チ'ンブ'ー'ス'オ'ハン'ラン'ツ'エイ
18	攏扎衣	ランザ'ーイー	40	如封似閉	ルー'フォン'ス'ー'ビ'
19	開手	カイショウ	41	抱虎推山	ハ'オホウ'トウ'イ'シ'ヤン
20	合手	ホーショウ	第四段		
21	左単鞭	ス'オダン'ピエン	42	開手	カイショウ
22	肘底看捶	ツ'オ'テイ'カン'ツ'エイ	43	合手	ホーショウ
第二段			44	左摟膝拗歩	ス'オロウシー'アオブ'ー



45	左攬扎衣	スォランザイー	59	高探馬	ガオタンマ
46	開手	カイショウ	60	十字拍脚	シーヅーパイチァオ
47	合手	ホーショウ	61	上歩指擋捶	シァンブージーダンチュイ
48	斜單鞭	シエダンピエン	62	活歩攬扎衣	ホォブーランザイー
49	野馬分鬃	イエマフエンゾン	63	開手	カイショウ
50	進歩攬扎衣	チンブーランザイー	64	合手	ホーショウ
51	開手	カイショウ	65	左單鞭	スォダンピエン
52	合手	ホーショウ	66	單鞭下勢	ダンピエンシャーシー
53	左單鞭	スォダンピエン	67	上歩七星	シァンブーチイシン
第五段			68	退歩騰虎	トイブークワフー
54	左雲手	スォユンショウ	69	轉身擺蓮	チュアンシエンバイリエン
55	雲手下勢	ユンショウシャーシー	70	彎弓射虎	ワンゴンシェーフー
56	金鷄獨立	チンチードウリー	71	双撞捶	シウァンスァンツエイ
57	閃通背	シヤントンハイ	72	陰陽合一	インヤンホーイー
第六段			73	收勢	ショウシー
58	玉女穿梭	ユイニユイチョワンズオ			