

# 八極拳小架五路動作名稱



1、起勢	チー シー Qǐ shì	27、鉄扇	ティエ シャン tiě shàn
2、揺錘	ヤオ チュイ Yáo chuí	28、撤歩砸	シェー ブウ ザ Chè bù zá
3、盤提順步撐	パン ティ シュン ブウ チェン Pán tí shùn bù chēng	29、膀膀	パン クア Bǎng kuā
4、摘盔	ジャイ クイ Zhāi kuī	30、窩里炮	ウオ リイ パオ Wō li pào
5、兩儀頂	リャン イー ディン liǎng yí dǐng	31、攬抱	ラン バオ Lǎn bào
6、劈挑頂	ピ ティアオ ディン Pī tiāo dǐng	32、砸跪膝	ザー グイ シー Zá guì xī
7、截抱膀膀	ジェ バオ ダン クア Jié bào bǎng kuā	33、圈抱	チュアン バオ quān bào
8、獅子张口	シーチー シャンコウ Shīzi zhāngkǒu	34、翻膀閉膀	ファン クア ビーツォウ Fān kuā bìzhǒu
9、十字拳	シーチー チェン Shīzi quán	35、打擦手	ダ ルオ ショウ Dǎ luò shǒu
10、獻膀	シャン クア Xiàn kuā	36、撤歩砸	シェー ブウ ザ Chè bù zá
11、掖膀	イエ クア Yē kuā	37、撤歩挑頂	シェー ブウ ティアオ ディン Chè bù Tiāo dǐng
12、疊子手	ディ ジ ショウ ブウ ブウ Dié zi shǒu(pū bù)	38、轉身頂肘	ジュアンシェン ディン ジョウ Zhuǎnshēn dǐng zhǒu
13、通天掌	トンティアン ジャン Tōngtiān zhǎng	39、云抱	ユン バオ Yún bào
14、盤膀掖提 (左右)	パン クア イェ ティ Pán kuā yē tí	40、羊抵頭	ヤン ディ トウ Yáng dǐ tóu
15、雙搬手	シュアン バン ショウ Shuāng bān shǒu	41、趟提鉄扇	タン ティ ティエ シャン Tàng tí tiě shàn
16、揣裆	チュアイ ダン Chuāi dāng	42、云抱	ユン バオ Yún bào
17、窩里炮	ウオ リイ パオ Wō li pào	43、通背式	トン ベイ シー Tōng bèi shì
18、挖眉	ワー メイ Wā méi	44、抱劈	バオ ピー Bào pī
19、搓提	チュオ ティ Cuō tí	45、回身劈掌	フイシェン ピー ツァン Huíshēn pī zhǎng
20、托槍式	トオ チャン シー tuō qiāng shì	46、黒虎提	ヘイ フー チー Hēi hǔ tí
21、推窗	トゥイ チュアン Tuī chuāng	47、摘手挂場	ツァイ ショウ グア ター Zhāi shǒu Guà tā
22、疊子手	ディ ジ ショウ Dié zi shǒu	48、盤提	パン ティ Pán tí
23、提踹	ティ チュアイ Tí chuài	49、単儀頂	タン イーディン Dān yí dǐng
24、鉄扇	ティエ シャン tiě shàn	50、并步掖錘	ピン ブウ イェ チュイ Bìng bù yē chuí
25、撤歩砸	シェー ブウ ザ Chè bù zá	51、收式	ショウ シー shōu shì
26、膀膀	パン クア Bǎng kuā		

