

NanPai37 Taiji Gun - Stok - Pole

#	PinJin	Nederlands	Engels
1	WuJi ZhanZhuang	WuJi staande houding	WuJi stance
2	TaiJi ZhanZhuang	Taiji staande houding	TaiJi stance
3	LanZhaYi Peng	Dein uit / Weer af	Stretch and expand
4	LanZhaYi Lu	Trek terug	Pull back
5	LanZhaYi Ji	Wring	Wringing
6	LanZhaYi An	Duw	Pushing the mountain
7	Dan Bian	Open zweep	Movement of the dan / Whip
8	Ti Shou	Hak omhoog / omlaag	Lift the hand
9	BaiHe LiangChi	Spreid de vleugels zoals een kraanvogel	White Crane spreads his wings
10	LouXi AoBu (R+L+R)	Veeg de knie	Brush the knee
11	HaiDi Zhen	Haal een naald op van de zeebodem	Pick up a needle from the bottom of the sea
12	Shan Tong Bei	Bliksem door de rug	Lightning through the back
13	PiShen Chui	Sla neerwaarts met vuist	Chopping down with the fist
14	Ban Lan Chui	Keizerlijke concubine houding	Imperial concubine stance
15	Fen Jiao (R+L)	Stamp schuin	Kick to the side
16	Deng Jiao	Stamp voorwaarts	Kick forward
17	Zai Chui	Stoot naar omlaag	Punch down as if planting something
18	JinJi DuLi	Sta op één been zoals een gouden haan	Golden cock stands on one leg
19	Daonian Hou a	Duw de aap	Step back and repulse the monkey
19	Daonian Hou b	Plet de neus	Squash the monkey's nose
20	Yema Fenzhong / Xie Fei	Schud de manen zoals een wild paard	Wild horse ruffling his mane
21	Yun Shou a	Wuif de handen als wolken a	Lift your adversary
21	Yun Shou b	Wuif de handen als wolken b	Wave the hands like clouds
22	BaoHu GuiShan	Pak de tijger en gooi hem naar de berg	Grab the tiger and throw him to the mountain
23	YuNu ChuanSuo	Hanteer de schietspoel zoals de jadevrouw	The jade lady weaving
24	ZhiDang Chui	Stoot naar onderbuik	Punch to the crotch
25	BaiLian Tui	Wuif de handen als een wiegende lotus	Lotus waving
26	WangGong SeHu	Span de boog en schiet de tijger	Shoot the tiger with a bow
27	KuaHu	Berijd de tijger	Sitting on the tigers back
28	ShouHui Pipa	Bespeel de luit	Play the lute
29	XiaShi	Duik naar een prooi zoals een slang	Snake catching its prey
30	QiXing Chui	Schaar de vuisten	Scissor arms
31	Gao TanMa	Neem waar zoals de verkenner	Spy on the hill
32	Chuan Zhang	Loop tussen de 3 boomstammen	Running between the tree stumps
16bis	Deng Jiao	Stamp voorwaarts	Kick forward
33	Da Hu (L+R)	Sla de tijger	Hit the tiger
34	ShuangFeng GuanEr	Sla de slapen	Punch the temples
35	Zhoudi Chui	Stoot van onder de elleboog	Punch from under the elbow
36	RuFeng Sibi	Bescherm het lichaam	Protect the front of the body
37	ShiZi Shou a	Pak de aarde	Digging up the earth
37	ShiZi Shou b	Kruis de armen	Cross the arms
1bis	WuJi ZhanZhuang	WuJi staande houding	WuJi stance