

Pekingform 24er-Form; Kurzform aus dem Yangstil-Taijiquan

1. Eröffnung
qi shi
2. links/rechts/links - Die Mähne des wilden Pferdes teilen
zuo you ye ma fen zong
3. Der Kranich breitet seine Flügel aus
bai he liang chi
4. links/rechts/links - Über das Knie streifen
zuo you lou xi ao bu
5. Spiele die Laute
shou hui pi ba
6. rechts/links/rechts/links - Den Affen abwehren
zuo you dao juan hong
7. Links den Vogelschwanz fassen
zuo lan que wei
8. Rechts den Vogelschwanz fassen
you lan que wei
9. Die Peitsche
dan bian
10. Die Wolkenhände
yun shou
11. Die Peitsche
dan bian
12. Auf dem Pferd sitzen, nach dem Weg fragen
gao tan ma
13. Rechter Fersenstoß
you deng jiao
14. Mit beiden Fäusten auf die Ohren schlagen
shuang feng guan er
15. Linker Fersenstoß
zhuan shen zuo deng jiao
16. links - Hinuntersteigen und auf einem Bein stehen;
"Die Schlange kriecht hinunter" und "Der goldene Hahn steht auf einen Bein"
zuo xia shi du li
17. rechts - "Die Schlange kriecht hinunter" und "Der goldene Hahn steht auf einen Bein"
yue xia shi du li
18. rechts/links - Weberschiffchen; "Die schöne Frau am Webstuhl"
zuo you chuan suo
19. Die Nadel vom Meeresboden aufheben; "Die Nadel sinkt zum Meeresgrund"
hai di zhen
20. Den goldenen Fächer aufspannen
shan tong bi
21. Der Fauststoß; Umdrehen, Abwehren, Blockieren und Fauststoß
zhuan shen ban lan chui
22. Die Reihen schließen; Öffnen und Verschließen
ru feng si bi
23. Die Hände kreuzen
shi zi shou
24. Schluß shou shi