

# NOMBRES FORMA LAO JIA YI LU

## PRIMER TUAN

1. YU BEI CHI (Abrir la forma)
2. JIN GANG DAO TUI (El guerrero de Buda concurre a golpear el mortero)
3. LAN ZHA YI (Remangarse con pereza la chaqueta)
4. LIU FANG SHI BI (Seis sellar cuatro cerrar)
5. TAN PIEN (Látigo simple)
6. JIN GANG DAO TUI (El guerrero de Buda concurre a golpear el mortero)
7. BAI HE LIANG CHI (La grulla blanca despliega sus alas)
8. XIE XING (Caminar en diagonal)
9. LAU XI (Cepillar rodilla)
10. SHAN SAN PU (Paso de tres pasos)
11. XIE XING (Caminar en diagonal)
12. LAU XI (Cepillar rodilla)
13. SHANG SAN PU (Caminar en diagonal)
14. YEN SHOU HONG SHUEN (Puñetazo Escondido de arremetida)
15. JING GANG DAO TUI (El guerrero de Buda concurre a golpear el mortero)
16. PIE SHEN SHUEN (Balanceo del cuerpo)
17. CHIEN LONG CHU SHUI (El dragón verde sale del agua)
18. SHUANG TUI SHOU (Doble empuje de manos)

## SEGUNDO TUAN

19. ZHOU DI KAN CHUEN (Puño bajo el codo)
20. DAO YUEN HONG (Retroceder moviendo brazos)
21. BAI HE LIANG CHI (La grulla blanca despliega sus alas)
22. XIE XING (Caminar en diagonal)
23. SHAN TONG KUEI (Pasar como un rayo los brazos)
24. YIEN SHOU HONG SHUEN (Puñetazo escondido de arremetida)
25. LIU FANG SHI BI (Seis sellar cuatro cerrar)
26. TAN PIEN (Látigo simple)
27. YUEN SHOU (Mover las manos como nubes)
28. GAO TAN MA (Acariciar el caballo desde arriba)
29. YOU SHA JIAO (Cepillar el pie derecho)
30. ZOU SHA JIAO (Cepillar el pie izquierdo)
31. ZOU DENG YI GEN (Patada con el talón izquierdo siguiendo a)
32. SHANG SAN PU (Paso de tres pasos)
33. JI DI CHUI (Puñetazo al suelo)
34. TI ER QI (Giro y patada doble de talón)
35. HU XIN CHUEN (Proteger el corazón)
36. XUAN FENG JIAO (Pie de torbellino)
37. YOU DENG YI KEN (Patada con el talón derecho y siguiendo a)
38. YAN SHOU HONG QUAN (Puñetazo de arremetida)

## TERCER TUAN

39. XIAO QIN DA (Pequeña captura)
40. PAO TOU TUI SHAN (Portar la cabeza y empujar la montaña)
41. LIU FENG SHI BI (Seis sellar y cuatro cerrar)
42. TAN PIEN (Látigo simple)
43. CHIEN ZHAO (Engañar hacia delante)
44. HOU ZHAO (Engañar hacia atrás)
45. YE MA FEN ZONG (Separar la crin del caballo salvaje)
46. LIU FANG SHI BI (Seis sellar y cuatro cerrar)
47. TAN PIEN (Látigo simple)
48. YU UN CHUAN XHOU (La bella dama teje en su lanzadera)
49. LAN ZHA YI (Remangarse con pereza la chaqueta)
50. LIU FENG SI BI (Seis sellar y cuatro cerrar)
51. TAN PIEN (Látigo simple)
52. YUEN SHOU (Mover las manos como nubes)
53. BAI JIAO (Barrer el loto)
54. TIE CHA (Golpear el suelo con el pie y desplegar por abajo)
55. JIN JI TU LI (El gallo de oro sobre una pierna)

## CUARTO TUAN

56. TAO YUEN HONG (Retroceder moviendo los brazos)
57. BAI HE LING CHI (La grulla blanca despliega sus alas)
58. XIE XING (Caminando en diagonal)
59. SHAN TONG BEI (Pasar como un rayo los brazos)
60. YAN SHOU HONG CHUEN (puñetazo escondido de arremetida)
61. LIU FANG SI BI (Seis sellar y cuatro cerrar)
62. TAN PIEN (Látigo simple)
63. YUEN SHOU (Mover las manos como nubes)
64. GAO TAN MA (Acariciar el caballo desde arriba)
65. SHI ZHI JIAO (Pies cruzados)
66. ZHI DANG TCHUI (Puñetazo a la ingle)
67. YUAN HOU TAN GUO (El mono ofrece frutas)
68. TAN PIEN (Látigo simple)
69. CHIE DI LONG (El dragón terrestre)
70. SHAN BU QI XING (Paso hacia adelante para formar las siete estrellas)
71. XIA BU KUA HONG (Paso hacia atrás para montar el tigre)
72. SHUANG BAI LIAN (Retroceder y barrer el loto)
73. DAN TOU PAO (Puñetazo de cañón)
74. JIN GANG TAO TUI (El guerrero de Buda concurre a golpear el mortero)
75. SHOU SHI (Cerrar la forma)