



Les 108 mouvements - 2ème partie : L'Homme

Serrer et remporter le tigre à la montagne
 Tirer, presser, appuyer, simple manoeuvre
 Poing sous le coude
 Trois fois reculer repousser le singe
 Vol en diagonale
 Élever les mains
 La grue blanche déploie ses ailes
 Un pas effleurer le genou
 L'aiguille perce au fond de la mer
 Déployer l'éventail
 Se retourner, une série de coups de poing
 Coup de poing circulaire, un pas coup de poing direct
 Double parer, tirer, presser, appuyer
 Simple fouet
 Agiter les mains comme des nuages
 Simple fouet
 Caresser l'encolure du cheval sauvage
 Séparer le pied droit
 Séparer le pied gauche
 Se retourner, coup de talon gauche
 Effleurer le genou deux fois
 Coup de poing bas
 Se retourner une série de coups de poing
 Coup de poing circulaire un pas coup de poing direct, parer
 Coup de talon droit
 Frapper le tigre à gauche
 La roue
 Frapper le tigre à droite
 Coup de talon droit
 Tourner, percer les oreilles de tigre
 Coup de talon gauche
 Tourner et coup de talon droit
 Écraser, un pas coup de poing direct explosif
 Croiser les bras
 Fermeture

