

#	Mandarin	Pinyin	Français	Common English Name
Le Ciel				
55	十字手	shí zì shǒu	Croiser les mains	Cross Hands
56	抱虎归山	bào hǔ guī shān	Dompter le tigre et le reconduire à la montagne	Embrace the Tiger and Return to Mountain
57	拦雀尾	lán què wěi	Le (coup de) fouet en diagonal	Grasp the Sparrow's tail
58	斜单鞭	xié dān biān	Le cheval sauvage balance sa crinière, sur la droite	Diagonal Single Whip
59	右野马分鬃	yòu yě mǎ fēn zōng	Le cheval sauvage balance sa crinière, sur la gauche	Parting Wild Horse's Mane, Right
60	左野马分鬃	zuǒ yě mǎ fēn zōng	Le cheval sauvage balance sa crinière, sur la droite	Parting Wild Horse's Mane, Left
61	右野马分鬃	yòu yě mǎ fēn zōng	Saisir la queue du moineau	Parting Wild Horse's Mane, Right
62	棚左	péng zuǒ	Le (coup de) fouet	Ward Off Left
63	拦雀尾	lán què wěi	Sur la gauche, la fille de jade lance (et fait) la navette	Grasp the Bird's tail
64	单鞭	dān biān	Sur la droite, la fille de jade lance (et fait) la navette	Single Whip
65	左玉女穿梭	zuǒ yù nǚ chuān suō	Sur la gauche, la fille de jade lance (et fait) la navette	Jade Lady Works at Shuttles (Left)
66	右玉女穿梭	yòu yù nǚ chuān suō	Sur la droite, la fille de jade lance (et fait) la navette	Jade Lady Works at Shuttles (Right)
67	左玉女穿梭	zuǒ yù nǚ chuān suō	Saisir la queue du moineau	Jade Lady Works at Shuttles (Left)
68	右玉女穿梭	yòu yù nǚ chuān suō	Le (coup de) fouet	Jade Lady Works at Shuttles (Right)
69	棚左	péng zuǒ	Les mains nuages	Ward Off Left
70	拦雀尾	lán què wěi	Les mains nuages	Grasp the Bird's tail
71	单鞭	dān biān	Les mains nuages	Single Whip
72	云手	yún shǒu	Le (coup de) fouet	Cloud Hands (x3)
73	单鞭	dān biān	Posture basse du corps de serpent	Single Whip
74	下势	xià shì	Le coq d'or sur la patte gauche	Snake Creeps Down
75	左金鸡独立	zuǒ jīn jī dú lì	Le coq d'or sur la patte droite	Golden Rooster Stands on One Leg, Left
76	右金鸡独立	yòu jīn jī dú lì	A droite, renverser et repousser telle singe	Golden Rooster Stands on One Leg, Right

#	Mandarin	Pinyin	Français	Common English Name
77	左倒撵猴	zuǒ dǎo niǎn hóu	A gauche, renverser et repousser telle singe	Step Back and Repulse the Monkey, Left
78	右倒撵猴	yòu dǎo niǎn hóu	A droite, renverser et repousser telle singe	Step Back and Repulse the Monkey, Right
79	左倒撵猴	zuǒ dǎo niǎn hóu	Sur la droite, posture du vol oblique	Step Back and Repulse the Monkey, Left
80	斜飞式	xié fēi shì	Lever les mains en posture pour gagner les devants	Diagonal Slant Flying
81	提手右靠	tí shǒu yòu kào	La grue–b–lanche déploie ses ailes	Raise Hands and Shoulder Stroke
82	白鹤凉翅	bái hè liáng chì	Sur la gauche, contraindre par l'avancée qui enserre le genou	White Crane Spreads its Wings
83	左搂膝拗步	zuǒ lǒu xī ǎo bù	L'aiguille au fond de la mer	Left Brush Knee and Push
84	海底针	hǎi dǐ zhēn	(La force) A travers le dos comme un éventail (qui s'ouvre)	Needle at Sea Bottom
85	扇通背	shàn tōng bèi	Rejeter les poings loin du corps	Fan Through the Back
86	转身白蛇吐信	zhuǎn shēn bái shé tǔ xìn	Avancer d'un pas, enlever, intercepter et coup de poing	Turn Body and White Snake Spits out Tongue
87	进步搬拦捶	jìn bù bān lán chuí	Saisir la queue du moineau	Step Forward, Deflect, Parry, and Punch
88	棚左	péng zuǒ	Le (coup de) fouet	Ward Off Left (Diagonal)
89	拦雀尾	lán què wěi	Les mains nuages	Grasp the Sparrow's tail
90	单鞭	dān biān	Les mains nuages	Single whip
91	云手	yún shǒu	Les mains nuages	Cloud Hands (x3)
92	单鞭	dān biān	Le (coup de) fouet	Single Whip
93	高探马	gāo tàn mǎ	Déterminer la hauteur du cheval	Stand High Search for Horse
94	穿掌	chuān zhǎng	Le serpent blanc darde sa langue	Penetrating Palm
95	十字腿	shí zì tuǐ	Croiser (les bras) et coup de pied	Turn and Cross Kick
96	进步指裆捶	jìn bù zhǐ dāng chuí	Sur la gauche, contraindre par l'avancée qui enserre le genou	Step Forward and Punch Groin
97	棚左	péng zuǒ	Avancer d'un pas et coup de poing vers l'entrejambe	Ward Off Left (Diagonal)
98	拦雀尾	lán què wěi	Saisir la queue du moineau	Grasp the Sparrow's tail
99	单鞭	dān biān	Le (coup de) fouet	Single whip

#	Mandarin	Pinyin	Français	Common English Name
100	下势	xià shì	Posture basse du corps de serpent	Snake Creeps Down
101	上步七星	shàng bù qī xīng	Pas sur l'avant et faire voir les sept étoiles	Step Up Seven Stars
102	退步跨虎	tuì bù kuà hǔ	Pas en recul et chevaucher le tigre	Step back and Ride the Tiger
103	转身摆莲	zhuǎn shēn bǎi lián	Pivoter et balancer (le pied) en lotus	Turn Body and Swing Over Lotus
104	弯弓射虎	wān gōng shè hǔ	Bander l'arc et décocher une flèche sur le tigre	Bend the Bow and Shoot the Tiger
105	进步搬拦捶	jìn bù bān lán chuí	Avancer d'un pas, enlever, intercepter et coup de poing	Step Forward, Deflect, Parry, and Punch
106	如封似闭	rú fēng sì bì	Comme un scellage, semblable à une fermeture	Apparent Close Up
107	十字手	shí zì shǒu	Croiser les mains	Cross Hands
108	收式	shōu shì	Posture finale	Conclusion