

WU HAO 96 - Schémas Directions

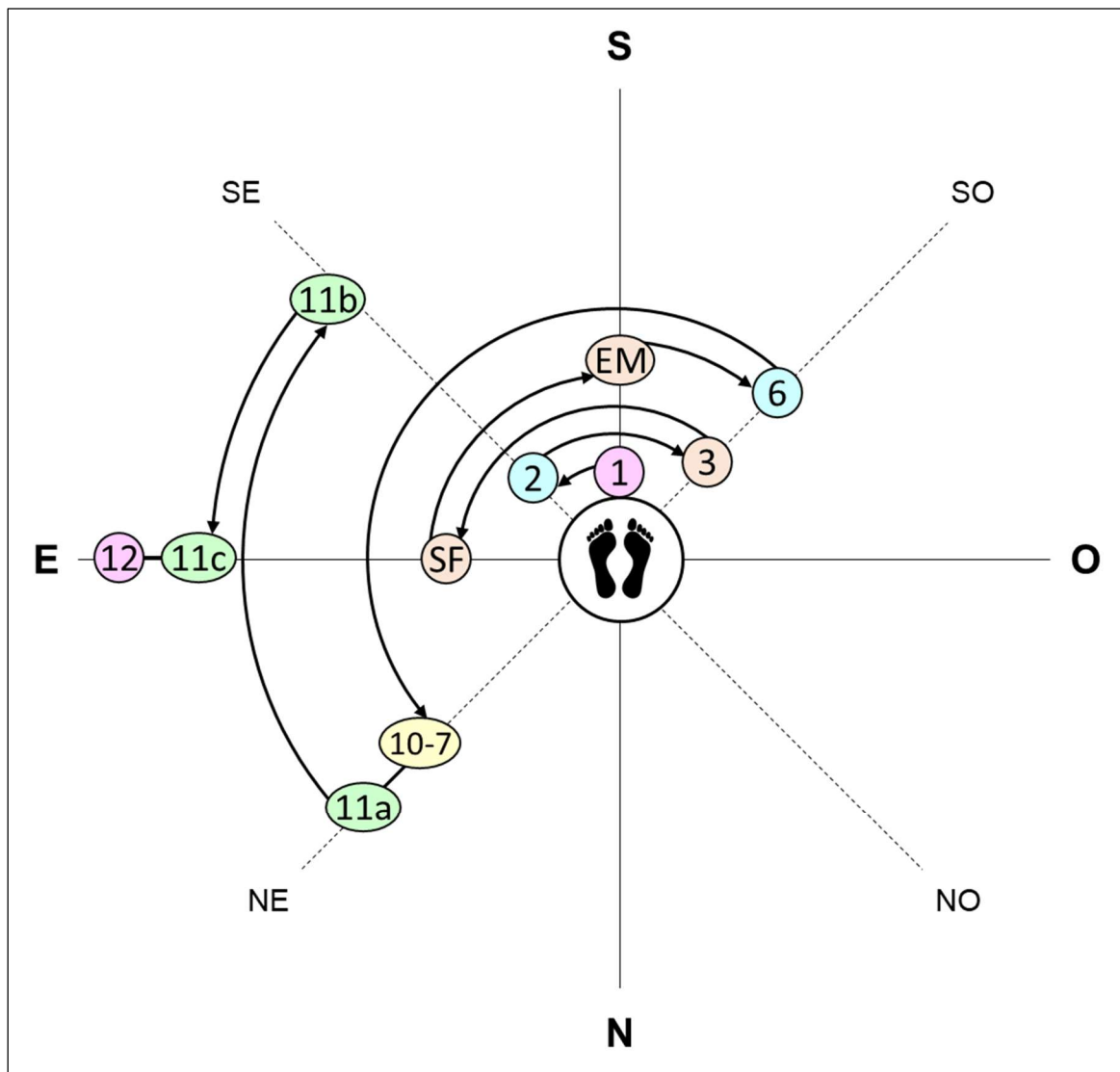
Référence : Jean-Jacques Sagot vidéo 2016

Réalisation : Jean-Christophe Krebs (sur idée originale de Danièle et Joël Panhelleux) - version du 23 avril 2020

Le symbole § indique que la phase Accomplissement est présente en fin du mouvement

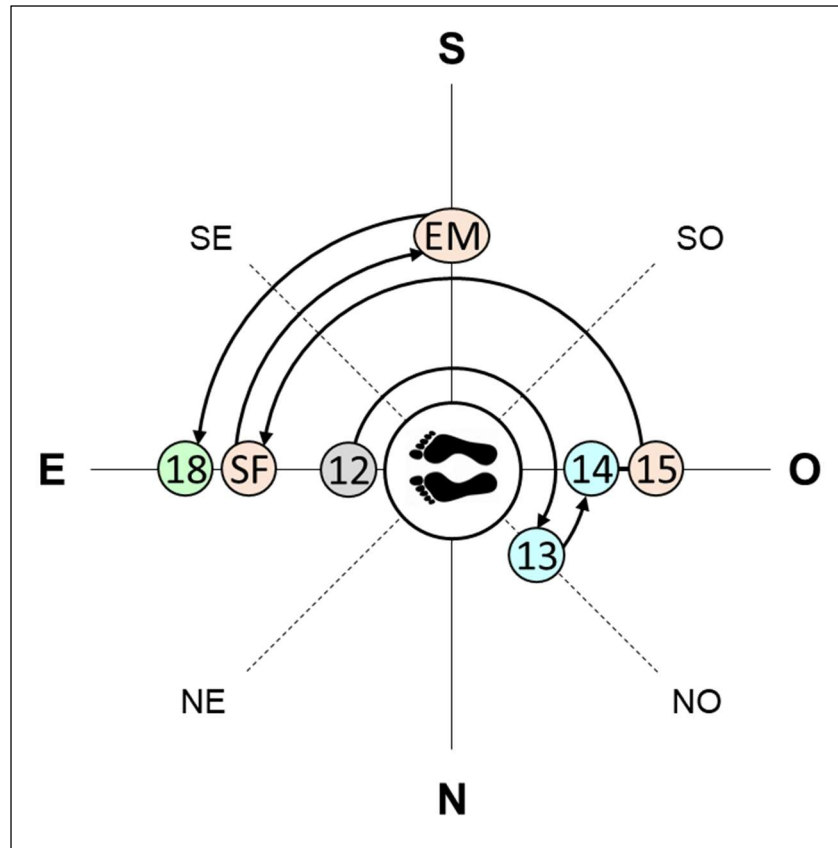
Partie 1

- 01 Posture de Préparation
- 02 Saisir le Pan de l'Habit à gauche §
- 03 Saisir le Pan de l'Habit à droite §
- 04 Simple Fouet SF
- 05 Élever les Mains EM
- 06 La Grue Blanche déploie ses Ailes §
- 07 Brosser le Genou à gauche en diagonale §
- 08 Jouer du Pipa à droite
- 09 Faire un Petit Pas & Brosser le Genou à gauche §
- 10 Jouer du Pipa à droite
- 11 Avancer, Dévier, Parer & Donner un Coup de Poing
 - a) Avancer à gauche
 - b) Avancer à droite
 - c) Dévier & Donner un coup de poing
- 12 Fermeture Apparente



Partie 2 début

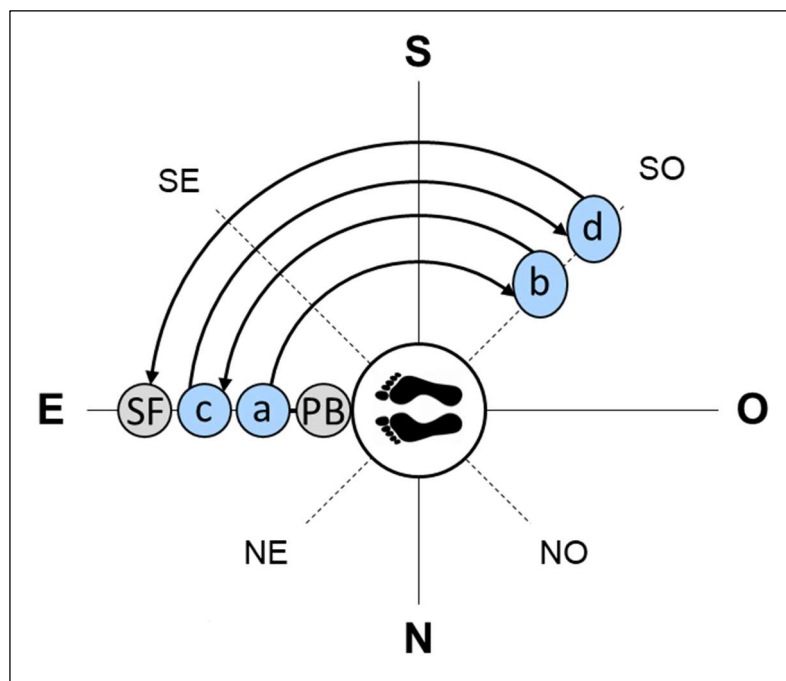
- 13 Embrasser le Tigre et le Ramener à la Montagne §
- 14 Jouer du Pipa
- 15 Saisir le Pan de l'Habit à droite §
- 16 Simple Fouet SF SF
- 17 Élever les Mains EM EM
- 18 Le Poing sous le Coude



Les Mains se meuvent comme des Nuages

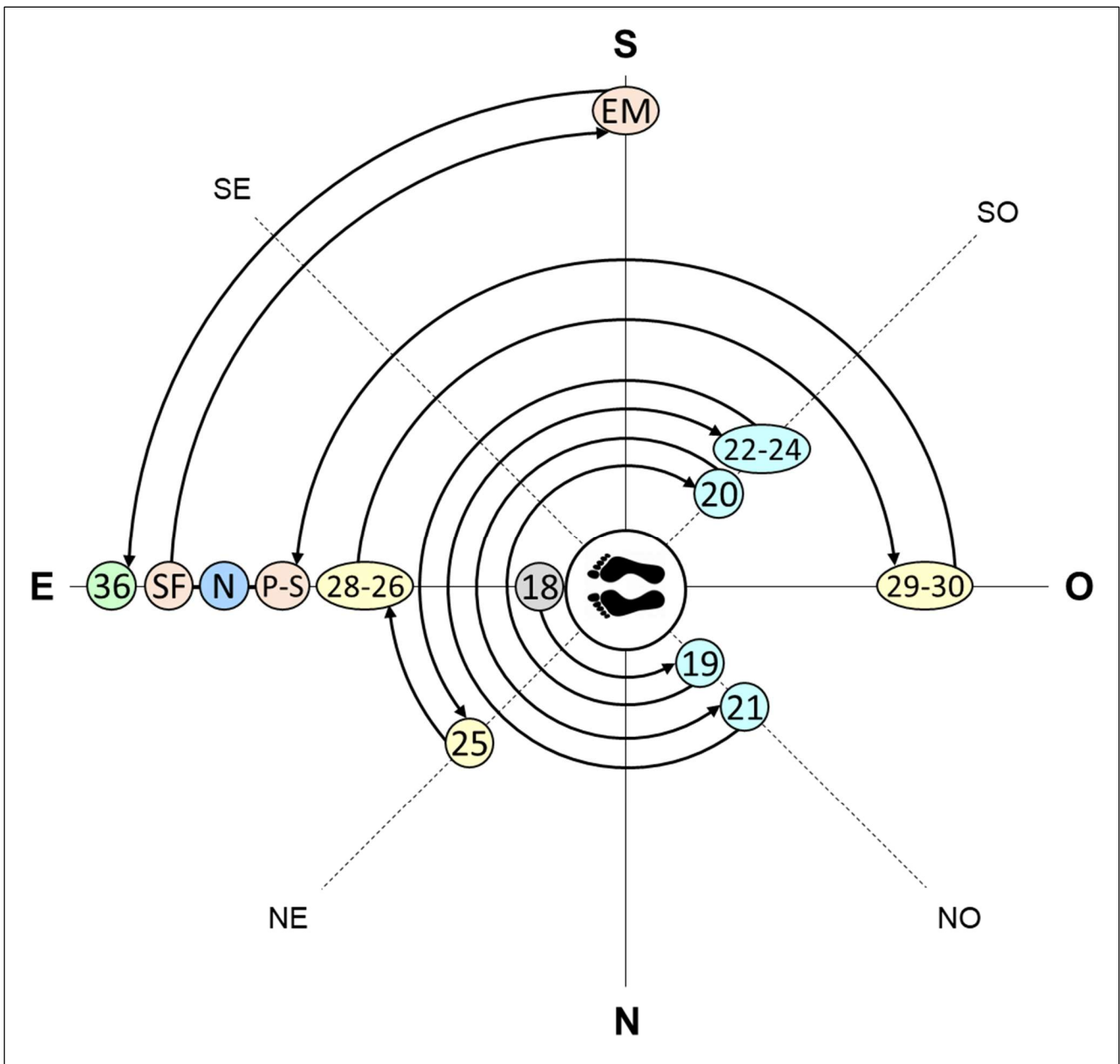
Détail pour les mouvements 33 (80) & 62

PB = Posture Basse SF = Simple Fouet



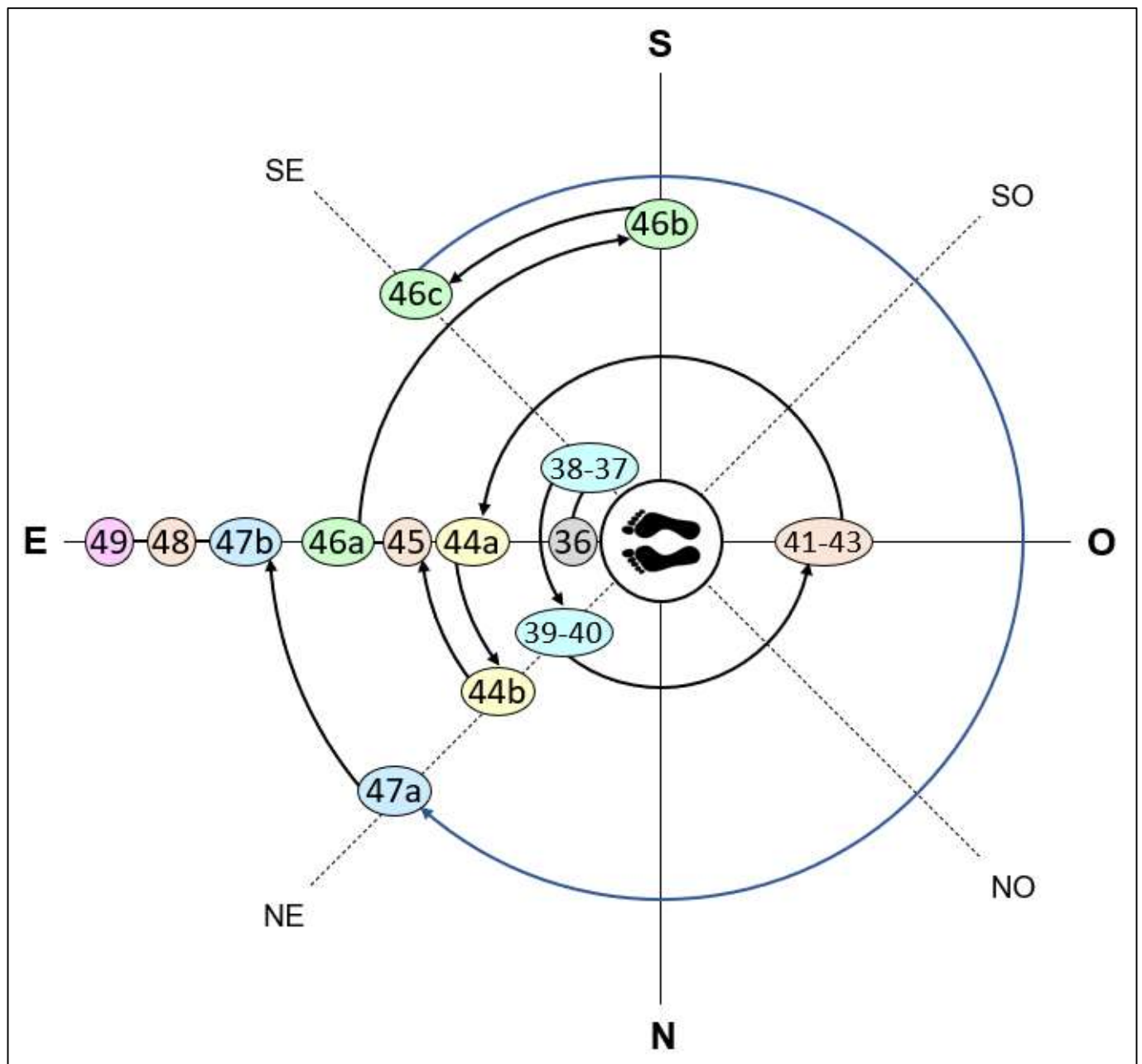
Partie 2 milieu (commun Partie 3)

19 (66) Tourner à gauche & Repousser le Singe §	26 (73) Jouer du Pipa	
20 (67) Tourner à droite & Repousser le Singe §	27 (74) Presser vers le Bas	
21 (68) Tourner à gauche & Repousser le Singe §	28 (75) Le Dragon Vert sort de l'Eau	
22 (69) Tourner à droite & Repousser le Singe §	29 (76) Se Retourner	
23 (70) Jouer du Pipa	30 (77) Les Trois Mouvements du Cocon §	
24 (71) La Grue Blanche déploie ses ailes §	31 (78) Simple Fouet	S
25 (72) Brosser le Genou en diagonale §	32 (79) Posture Basse	P
	33 (80) Les Mains se meuvent comme des Nuages N	N
	34 (81) Simple Fouet	SF
	35 (82) Élever les Mains	EM
	36 (83) Saisir la Bride du Cheval	



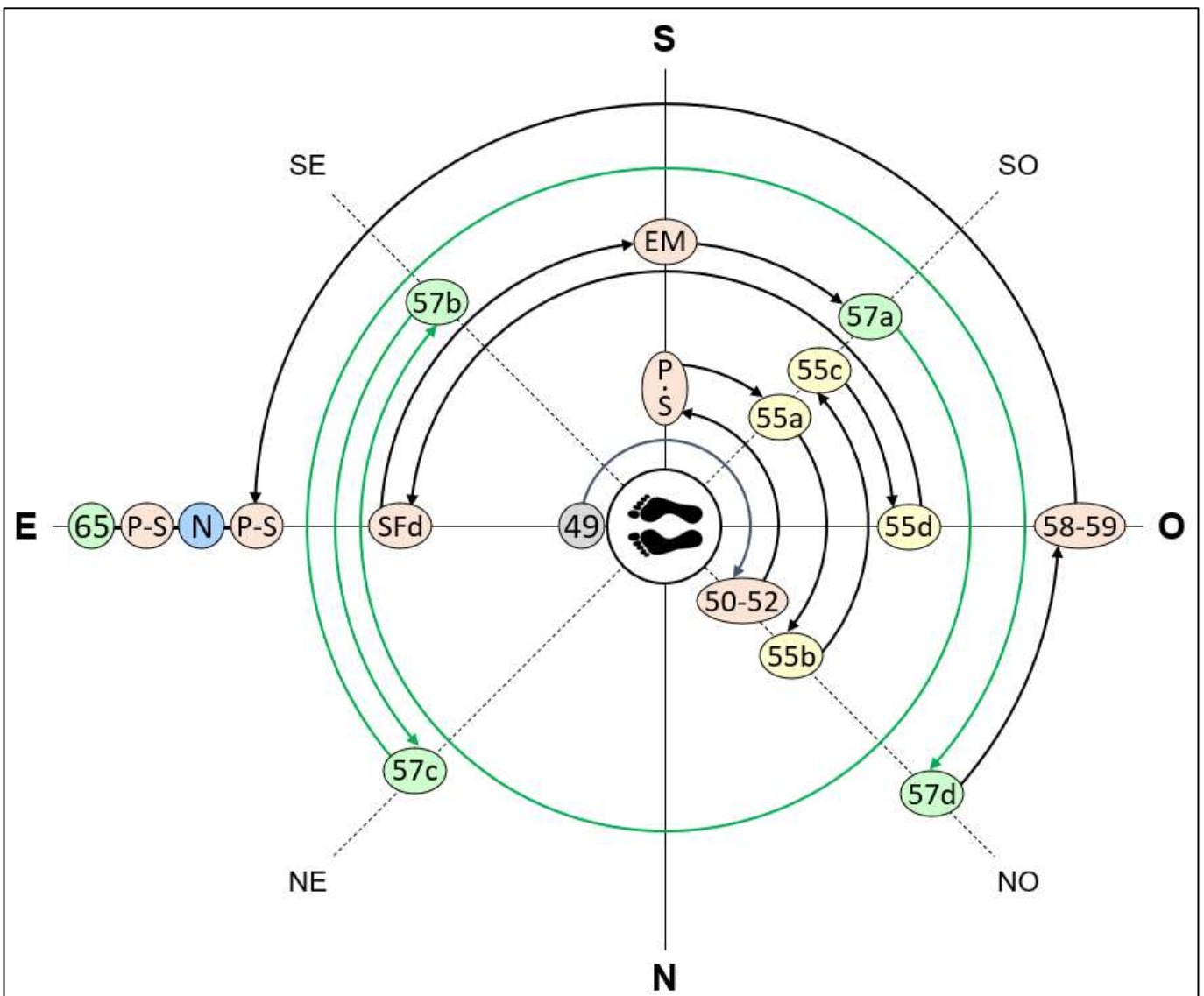
Partie 2 fin

<p>37 Maîtriser le Tigre à gauche 38 Donner un Coup de Pied à droite 39 Maîtriser le Tigre à droite 40 Donner un Coup de Pied à gauche 41 Se Retourner & Donner un Coup de Talon 42 Simple Fouet 43 Faire un Pas & Donner un Coup de Poing 44 Se Retourner & Presser à droite, à gauche a) Se Retourner & Presser à droite b) Presser à gauche 45 Donner un Coup de Talon droit</p>	<p>46 Faire un Pas en arrière, Tirer, Presser, Envelopper le Corps & Donner un Coup de Talon gauche a) Faire un Pas en arrière, Tirer en reculant, Presser, Envelopper le Corps (début) b) Envelopper le Corps (fin) c) Donner un Coup de Talon gauche 47 Se Retourner, Presser vers le Bas & Donner un Coup de Talon droit a) Se Retourner, Presser vers le Bas b) Donner un Coup de Talon droit 48 Avancer, Dévier, Parer et Donner un Coup de Poing 49 Fermeture Apparente</p>
---	---



Partie 3 début

50 Embrasser le Tigre et le Ramener à la Montagne §	57 La Fille de Jade lance la Navette a) sur pied gauche puis tourner à droite b) sur pied droit puis tourner à gauche c) sur pied gauche puis tourner à droite d) sur pied droit
51 Jouer du Pipa	
52 Saisir le Pan de l'Habit à droite §	
53 Simple Fouet S	
54 Posture Basse P	
55 Séparer la Crinière du Cheval a) sur pied gauche puis tourner à droite b) sur pied droit puis tourner à gauche c) sur pied gauche puis tourner à droite d) Presser à droite	58 Jouer du Pipa
56 Simple Fouet a) Simple Fouet direct SFd b) Élever les Mains EM	59 Saisir le Pan de l'Habit à droite § 60 Simple Fouet S 61 Posture Basse P 62 Les Mains se meuvent comme des Nuages 63 Simple Fouet S 64 Posture Basse P 65 Le Coq d'Or se tient sur une Patte



Partie 3 milieu

De 66 à 83 : idem Partie 2 milieu

Partie 3 fin

84 Les Paumes devant la Poitrine
 85 Se Retourner & Coup de Pied en Croix
 86 Avancer & Donner un Coup de Poing au Bas-Ventre
 87 Presser à droite
 88 Simple Fouet (direct) Sd
 89 Posture Basse P
 90 Avancer & Former les Étoiles de la Grande Ourse

91 Reculer & Chevaucher le Tigre
 (tour à droite de 315°)
 92 Balayer le Lotus (puis Presser vers le Bas)
 93 Bander l'Arc et Tirer sur le Tigre
 94 Double Coup de Poing
 95 Jouer du Pipa
 96 Posture de Clôture

