

杨八十五式

yáng bāshíwǔ shì

Yang Style 85-Movement Form Yang 85-ös forma

- | | | | |
|-----|--------|-------------------|--|
| 1. | 无极势 | wújíshì | Wuji posture Wuji állapot |
| 2. | 太极起势 | tàijí qǐshì | Commencing posture Nyitás |
| 3. | 揽雀尾 | lǎnquèwěi | Grasp peacock's tail Ragadd meg a madár farkát |
| 4. | 单鞭 | dānbīān | Single whip Egyenes ostor |
| 5. | 提手上势 | tíshǒu shàngshì | Raise hands and step up Emelő kezek |
| 6. | 白鹤亮翅 | báihè liàngchì | White crane spreads its wings Fehér daru kiterjeszti szárnyát |
| 7. | 左搂膝拗步 | zuǒ lǒuxī àobù | Brush knee in twist step (left) Térdsöprés |
| 8. | 手挥琵琶 | shǒuhuī pípa | Play Pipa Hárfa pengetése / Játék a gitáron |
| 9. | 左右搂膝拗步 | zuǒyòu lǒuxī àobù | Brush knee in twist step (both sides) Térdsöprés |
| 10. | 手挥琵琶 | shǒuhuī pípa | Play Pipa Hárfa pengetése / Játék a gitáron |
| 11. | 左搂膝拗步 | zuǒ lǒuxī àobù | Brush knee in twist step (left) Térdsöprés |
| 12. | 进步搬拦捶 | jìnbù bānlánchuí | Advance, deflect, parry and punch Előrelépés, hárítás és ütés |
| 13. | 如封似闭 | rúfēng sībì | Apparent close-up Látzólagos zárás |

| | | | |
|-----|--------------|-------------------|---|
| 14. | 十字手 | shízìshǒu | Cross hands Öleld át a tigrist (keresztező kezek) |
| 15. | 抱虎归山 | bàohǔ guīshān | Embrace tiger and return to mountain Öleld át a tigrist és vidd vissza a hegyre |
| 16. | 肘底看捶 | zhǒudǐ kànchuí | Fist under elbow Ököl a könyök alatt |
| 17. | 左右倒撵猴 | zuǒyòu dǎoniǎnhóu | Repulse monkey (both sides) Majmok visszaterelése |
| 18. | 斜飞势 | xiéféishì | Oblique flying posture Ferdén repülés |
| 19. | 提手上势 | tíshǒu shàngshì | Raise hands and step up Emelő kezek |
| 20. | 白鹤亮翅 | báihè liàngchì | White crane spreads its wings Fehér daru kiterjeszti szárnyát |
| 21. | 左搂膝拗步 | zuǒ lǒuxī àobù | Brush knee in twist step (left) Térdsöprés |
| 22. | 海底针 | hǎidǐzhēn | Look for needle at sea bottom Tű a tenger fenekén |
| 23. | 扇通背 | shàntōngbèi | Open hands like a fan Legyezőnyitás |
| 24. | 撒身捶 | pīeshēnchuí | Dodge body and punch Kitérés és ütés |
| 25. | 进步搬拦捶 | jìnbù bānlánchuí | Advance, deflect, parry and punch Előrelépés, háritás és ütés |
| 26. | 上步揽雀尾 | shàngbù lǎnquèwěi | Step forward and grasp peacock's tail Előrelépés és ragadd meg a madár farkát |
| 27. | 单鞭 | dānbiān | Single whip Egyenes ostor |

| | | | |
|-----|---------------|----------------------|---|
| 28. | 云手 | yúnshǒu | Wave hands like clouds Felhőben járó kezek |
| 29. | 单鞭 | dānbiān | Single whip Egyenes ostor |
| 30. | 高探马 | gāotànmǎ | High pat on horse Ló hátának veregetése/paskolása |
| 31. | 左右分脚 | zuǒyòu fēnjiǎo | Toe kick (both sides) Lábujj-rúgás (mindkét oldalra) |
| 32. | 转身蹬脚 | zhuǎnshēn dēngjiǎo | Turn body and heel kick Fordulás és sarokrúgás |
| 33. | 左右搂膝拗步 | zuǒyòu lǒuxī àobù | Brush knee in twist step (both sides) Térdsöprés |
| 34. | 进步栽捶 | jìnbù zāichuí | Advance and punch down Előrelépés és ütés lefele |
| 35. | 翻身撒身捶 | fānshēn pīeshēnchuí | Turn, dodge body and punch itérés és ütés |
| 36. | 进步搬拦捶 | jìnbù bānlánchuí | Advance, deflect parry and punch Előrelépés, háritás és ütés |
| 37. | 右蹬脚 | yòu dēngjiǎo | Right heel kick Sarokrúgás jobbra |
| 38. | 左打虎式 | zuǒ dǎhǔshì | Beat tiger (left) Üsd a tigrist (bal) |
| 39. | 右打虎式 | yòu dǎhǔshì | Beat tiger (right) Üsd a tigrist (jobb) |
| 40. | 回身右蹬脚 | huíshēn yòu dēngjiǎo | Turn back and right heel kick Sarokrúgás jobbra |
| 41. | 双峰贯耳 | shuāngfēng guàn'ěr | Strike opponent's ears with both fists Ökölütés a fülekre |

| | | | |
|-----|--------------|------------------------|---|
| 42. | 左蹬脚 | zuǒ dēngjiǎo | Left heel kick Sarokrúgás balra |
| 43. | 转身右蹬脚 | zhuǎnshēn yòu dēngjiǎo | Turn body and right heel kick Fordulás és sarokrúgás jobbra |
| 44. | 进步搬拦捶 | jìnbù bānlánchuí | Advance, deflect, parry and punch Előrelépés, háritás és ütés |
| 45. | 如封似闭 | rúfēng sībì | Apparent close-up Látszólagos zárás |
| 46. | 十字手 | shízìshǒu | Cross hands Öleld át a tigrist (keresztező kezek) |
| 47. | 抱虎归山 | bàohǔ guīshān | Embrace tiger and return to mountain Öleld át a tigrist és vidd vissza a hegyre |
| 48. | 斜单鞭 | xiédānbiān | Oblique single whip Egyenes ostor (ferde állásban) |
| 49. | 野马分鬃 | yěmǎ fēnzōng | Part wild horse's mane Vadló sörényének szétválasztása |
| 50. | 揽雀尾 | lǎnquèwěi | Grasp peacock's tail Ragadd meg a madár farkát |
| 51. | 单鞭 | dānbiān | Single whip Egyenes ostor |
| 52. | 玉女穿梭 | yùnnǚ chuānsuō | Jade lady moves shuttles Szép hölgy dolgozik a szövőszéken |
| 53. | 揽雀尾 | lǎnquèwěi | Grasp peacock's tail Ragadd meg a madár farkát |
| 54. | 单鞭 | dānbiān | Single whip Egyenes ostor |
| 55. | 云手 | yúnshǒu | Wave hands like clouds Felhőben járó kezek |

| | | | |
|-----|--------------|-------------------|--|
| 56. | 单鞭 | dānbiān | Single whip Egyenes ostor |
| 57. | 下势 | xiàshì | Snake creeps down Kígyó a földre lapul |
| 58. | 金鸡独立 | jīnjī dúlì | Golden rooster stands on one leg Aranykakas egylábon áll |
| 59. | 左右倒撵猴 | zuǒyòu dǎoniǎnhóu | Repulse monkey (both sides) Majmok visszaterelése |
| 60. | 斜飞势 | xiéféishì | Oblique flying posture Ferdén repülés |
| 61. | 提手上势 | tíshǒu shàngshì | Raise hands and step up Emelő kezek |
| 62. | 白鹤亮翅 | báihè liàngchì | White crane spreads its wings Fehér daru kiterjeszti szárnyát |
| 63. | 左搂膝拗步 | zuǒ lǒuxī àobù | Brush knee in twist step Térdsöprés |
| 64. | 海底针 | hǎidǐzhēn | Look for needle at sea bottom Tű a tenger fenekén |
| 65. | 扇通背 | shàntōngbèi | Open hands like a fan Legyezőnyitás |
| 66. | 白蛇吐信 | báishé tǔxìn | White snake spits out tongue Kígyó kidugja a nyelvét |
| 67. | 进步搬拦捶 | jìnbù bānlánchuí | Advance, deflect, parry and punch Előrelépés, háritás és ütés |
| 68. | 上步揽雀尾 | shàngbù lǎnquèwěi | Step forward and grasp peacock's tail Ragadd meg a madár farkát |
| 69. | 单鞭 | dānbiān | Single whip Egyenes ostor |

| | | | |
|-----|---------------|------------------------|--|
| 70. | 云手 | yúnshǒu | Wave hands like clouds Felhőben járó kezek |
| 71. | 单鞭 | dānbiān | Single whip Egyenes ostor |
| 72. | 高探马带穿掌 | gāotànmǎ dàichuānzhǎng | High pat on horse and piece palm Ló hátának paskolása |
| 73. | 十字腿 | shízìtuǐ | Cross kick Keresztes rúgás |
| 74. | 进步指裆捶 | jìnbù zhǐdāngchuí | Advance and groin punch Ütés ágyékra |
| 75. | 上步揽雀尾 | shàngbù lǎnquèwěi | Step forward and grasp peacock's tail Ragadd meg a madár farkát |
| 76. | 单鞭 | dānbiān | Single whip Egyenes ostor |
| 77. | 下势 | xiàshì | Snake creeps down Kígyó a földre lapul |
| 78. | 上步七星 | shàngbù qīxīng | Step forward to form seven star Előrelépés hét-csillag állásba |
| 79. | 退步跨虎 | tuìbù kuàhǔ | Step back to straddle tiger Hátralépés és a tigris meglovaglása |
| 80. | 转身摆莲 | zhuǎnshēn bǎilián | Turn body and lotus kick Fordulás és lótuusz rúgás |
| 81. | 弯弓射虎 | wāngōng shèhǔ | Draw bow and shoot tiger Feszítsd az íjat és lödd a tigrist |
| 82. | 进步搬拦捶 | jìnbù bānlánchuí | Advance, deflect, parry and punch Előrelépés, háritás és ütés |
| 83. | 如封似闭 | rúfēng sībì | Apparent close-up Látszólagos zárás |

84. 十字手

shízìshǒu

Cross hands

Öleld át a tigris (keresztező kezek)

85. 太极还原

tàijíhuányuán

Closing posture

Zárás