

## **LES 3 FORMES DU TAICHI pratiquées dans notre Académie :**

### **FORME 8 STYLE YANG** ( aussi appelée **FORME 10** )

École ADTAO : <https://www.youtube.com/watch?v=E0iN2FwKDj0>

École Energie-Harmonie - Détail des formes :

[http://www.energie-harmonie.fr/page\\_ac\\_detail\\_forme.php?FORME=1](http://www.energie-harmonie.fr/page_ac_detail_forme.php?FORME=1)

Par Ms.Li's – University of Idaho :

Vue de face : [https://www.youtube.com/watch?v=OxgG3m\\_tVhg](https://www.youtube.com/watch?v=OxgG3m_tVhg)

Vue de dos : <https://www.youtube.com/watch?v=Tko8AStbNTs>

### **FORME 24 STYLE YANG**

École ADTAO : [https://www.youtube.com/watch?v=f9nUFxbj\\_40&t=23s](https://www.youtube.com/watch?v=f9nUFxbj_40&t=23s)

École Energie-Harmonie - Détail des formes :

[http://www.energie-harmonie.fr/page\\_ac\\_detail\\_forme.php?FORME=3](http://www.energie-harmonie.fr/page_ac_detail_forme.php?FORME=3)

Par Master Amin WU : ( [http://www.wuamintaichi.com/master\\_wu/](http://www.wuamintaichi.com/master_wu/) )

Vue de face : <https://www.youtube.com/watch?v=h8zzn3C5TgU>

Vue de dos : <https://www.youtube.com/watch?v=e4Vlw41R-PU>

Par Sifu Sophie LEE ( <https://taichisophielee.wordpress.com/> ) :

Vue de face : <https://www.youtube.com/watch?v=CHl1Hh-Kocw>

vues 2 caméras : <https://www.youtube.com/watch?v=eOctMkF0nAA>

### **FORME 48 DE SYNTHESE**

École ADTAO : <https://www.youtube.com/watch?v=G0gQVTvvQXk>

École Energie-Harmonie - Détail des formes :

[http://www.energie-harmonie.fr/page\\_ac\\_detail\\_forme.php?FORME=5](http://www.energie-harmonie.fr/page_ac_detail_forme.php?FORME=5)

Par Master Amin WU : ( [http://www.wuamintaichi.com/master\\_wu/](http://www.wuamintaichi.com/master_wu/) )

The Princess of Tai Chi : <https://www.youtube.com/watch?v=niFUaaCwYag>