

TAIKYOKU KEN SHODAN (1ER CHUAN)

FORME 8 MIRROR 1 STEP

OUVERTURE : SOULEVER LA VAGUE ET PRENDRE LE KI

DEBUT DE LA FORME :

(de face) 1) **REPOUSSER LE SINGE**

à gauche et à droite 2) **BROSSER GENOU**

à gauche et à droite 3) **SEPARER LA CRINIÈRE DU CHEVAL**

à gauche et à droite 4) **BASCULER ET SAISIR
LE SIMPLE FOUET**

CHANGEMENT DE SENS

à droite et à gauche 5) **CROISER ET OUVRIR LES MAINS**

à droite et à gauche 6) **TIRER ET PRESSER LES MAINS
(en oblique)**

à droite et à gauche 7) **LA FILLE DE JADE LANCE LA NAVETTE
(en oblique)**

FIN DE LA FORME :

à droite et à gauche 8) **STOPPER LE TIGRE
ET REPOUSSER LE TIGRE
A LA MONTAGNE**

FERMETURE : CROISER LES MAINS ET DEPOSER LE KI