TAIKYOKU KEN GODAN (5EME CHUAN)

FORME 16 C'est la Forme 48 Short 3 STEPS

OUVERTURE : **SOULEVER LA VAGUE ET PRENDRE LE KI**

de face **1) RECULER ET LA GRUE BLANCHE**
SE RAFRAICHIT LES AILES

de face **2) BROSSER LE GENOU GAUCHE**
ET REPOUSSER LE TIGRE

à droite **3) LE SERPENT TIRE LA LANGUE (A DROITE)**
DEMI-TOUR GAUCHE **ET REVENIR EN SIMPLE FOUET (A GAUCHE)**

jonction **4) ET JOUER DU LUTH (A GAUCHE)**

REVENIR DE FACE **5) TIRER ET PRESSER LES MAINS (3X en oblique)**

DEMI-TOUR **6) DEVIER ET BLOQUER (A GAUCHE)**
& PIVOTER DE FACE

de face **7) AVANCER & PUNCH LE TIGRE (A GAUCHE)**

à gauche **8) SAISIR LA QUEUE DE L'OISEAU (A GAUCHE)**

DEMI-TOUR DROITE **9) REVENIR MAINS CROISEES**
ET DOUBLE BLOCAGE :
BLOCAGE HAUT A DROITE
BLOCAGE BAS DE FACE

à gauche **10) TOURNER ET POING SOUS LE COUDE**

reculer **11) RECULER ET REPOUSSER LE SINGE (2X)**

4 COINS EN OBLIQUE **12) TOURNER & POUSSER LES MAINS (4X)**

à droite **13) RECULER ET JOUER DU LUTH (A DROITE)**

14) - 15) -16) : enchaînement à droite et à gauche

14) LE SERPENT TIRE LA LANGUE

jonction **15) ET BROSSER LE GENOU**

16) ET PUNCH LE TIGRE AU SOL

FERMETURE : **CROISER LES MAINS ET DEPOSER LE KI**