



Les 13

1	↑	Phase préparatoire
2	→	Pung Lu Chi - Main qui transperce - Na
3	←	Pung Lu Chi - Main qui transperce - Na
4	↑	Pung Lu Chi - Main qui transperce - Na
5	↓	Pung Lu Chi - Main qui transperce - Na
6	←	Zhei à droite
7	←	Brosser le genou, pas circulaire
8	←	Jouer de la guitare à droite
9	→	Zhei à gauche
10	→	Brosser le genou, pas circulaire
11	→	Jouer de la guitare à gauche
12	↓	Zhei à droite
13	↓	Brosser le genou, pas circulaire
14	↓	Jouer de la guitare à droite
15	↑	Zhei à gauche
16	↑	Brosser le genou, pas circulaire
17	↑	Jouer de la guitare à gauche
18	↘	Zhei à droite
19	↘	Coup de coude et d'épaule à droite
20	↘	Les 3 pièces
21	↘	La cigogne blanche déploie ses ailes (aller-retour)
22	↘	Pung Lu Chi - Main qui transperce - Na
23	↖	Zhei à gauche
24	↖	Coup de coude et d'épaule à gauche
25	↖	Les 3 pièces
26	↖	La cigogne blanche déploie ses ailes (aller-retour)
27	↖	Pung Lu Chi - Main qui transperce - Na
28	↗	Zhei à droite
29	↗	Coup de coude et d'épaule à droite
30	↗	Les 3 pièces
31	↗	La cigogne blanche déploie ses ailes (aller-retour)
32	↗	Pung Lu Chi - Main qui transperce - Na
33	↙	Zhei à gauche
34	↙	Coup de coude et d'épaule à gauche
35	↙	Les 3 pièces
36	↙	La cigogne blanche déploie ses ailes (aller-retour)
37	↙	Pung Lu Chi - Main qui transperce - Na

Fermeture apparente

38	↑	Croiser les mains paumes opposées
39	↑	Pas latéral à droite, mains verticales
40	↑	Ouvrir, descendre et croiser les mains
41	↑	Remonter et décroiser les bras, les coudes tombent