

Forma de 28 movimientos

1 Posición de preparación

Yu Bei Shi

2 Tomar la cola del gorrión

Lan Que Wei

3 Latigo Simple

Dan Bian

4 Levantar las manos

Ti Shou Shang Shi

5 La grulla blanca abre sus alas

Bai He Liang Chi

6 Cepillar rodilla izquierda con paso opuesto

Lou Xi Ao Bu

7 Tocando laúd

Shou Hui Pi Pa

8 Observar Puño bajo el codo

Zuo Di Kan Chui

9 Rechazando el mono

.Zuo You Dao Nian Hou

10 Palmada alta al lomo del caballo

Gao Tan Ma

11 Separar pies a la derecha e izquierda

Zuo You Fen Jiao

12 Ir a la izquierda y derecha y amansar el tigre

Zuo You Da Hu Shi

13 Mover las manos como nubes

Yun Shou

14 La hermosa dama hila con el huso

Yu Nu Chuan Shuo

15 Separar la crin del caballo salvaje

Ye Ma Fen Zhong

16 Adelantarse y golpear al bajo abdomen

Jin Bu Zhi Dang Chui

17 Adelantarse para tomar la cola del gorrión

Shang Bu Lan Que Wei

18 Látigo Simple

Dan Bian

19 La serpiente reptaba hacia abajo

Xia She

20 El gallo dorado se para en una pata

Jin Ji Du Li

21 Acercarse a las 7 estrellas

Shang Bu Qi Xing

22 Retirada para montar el tigre

Tui Bu Kua Hu

23 Girar el cuerpo para oscilar el loto

Zhuan Shen Bai Lian

24 Tensar el arco y disparar al tigre

Wan Gong She Hu

25 Adelantarse Defender y Golpear

Ji Bu Ban Lan Chui

26 Como Sellado, Aparentando Cierre

Ru Feng Shi Bi

27 Cruzar las manos

Shi Zi Shou

28 Recibiendo el Potencial

Shou Shi