

## Tai Chi Chen style 18 form

	<b>English</b>	<b>Francais</b>	<b>Vietnamese / Chinese</b>
	Preparation	Preparation	(预备势)
1	Open Posture	Ouverture	Khởi thức (起势)
2	Pounding Mortar	Le gardien céleste pile le mortier	Đề thủ thượng thức, (金刚捣碓)
3	Tying Coat	Attacher les vêtements avec indolence	Lười trát y, <i>Lười mặc áo ngoài</i> (懒扎衣)
4	Six Sealing and 4 Closing	6 verrouillages & 4 fermetures	Như phong tự bế, <i>Giống như ngăn giống như chặn</i> (六封四闭)
5	Single Whip	Simple fouet à gauche	Đơn tiên, <i>Một cây roi</i> (单鞭)
6	White Crane	La Grue blanche déploie ses ailes	Bạch hạc lưỡng sí, <i>Hạc trắng xòe cánh</i> (白鹤亮翅)
7	Oblique Walk (1 step to right)	Marche en diagonale	Khải thủ, (斜行)
8	Brush Knee- Left	Brosser le genou (gauche) 搥膝	Lâu tất ảo bộ, <i>Bước nghịch quét qua đầu gối trái</i> (搥膝)
9	Stepping Lightly	Pas en avant	Lâu tất ảo bộ, (拗步)
10	Hidden Fist & Punch	Coup de poing couvert pas la main	(掩手肱拳)
11	High Pat on Horse	Flatter l'encolure du cheval	Cao thám mã, <i>Xoa đầu ngựa</i> (高探马)
12	Turn left & Kick with Left Heel	Tourner et Coup de talon gauche	Tả khởi cước, <i>Đá bên trái</i> (踢 )
13	Jade Girl works at Shuttles	La fille de jade tisse et lance la navette	(玉女穿梭)
14	Cloudy Hands left side	Mouvoir les mains comme des nuages	Tay chuyển động như mây bay, (云手)
15	Turn Around, Step Back & Round Kick	Retourner & Balayer le lotus (coup de pied en cercle)	Chuyển thân hữu đặng cước, (双摆莲)
16	Cannon Right in front	Canon en avant (2 mains)	(当头炮)
17	Buddha Warrior Attendant Pounds Mortar	Le gardien céleste pile le mortier	Đề thủ thượng thức, (金刚捣碓)
18	Closing Form	Fermeture	(收势)