

1	起勢, 并步点劍	Commencing from. Point Sword with Feet Together	Ouverture. Pieds joints, pointer l'épée
2	独立反刺	Stand on One Leg and Thrust	Sur un pied, piquer à l'envers
3	仆步橫掃	Sweep Sword in Crouch	En position du serpent, balayer latéralement
4	向右平帶	Carry Sword to the Right	Couper horizontalement vers la droite
5	向左平帶	Carry Sword to the Left	Couper horizontalement vers la gauche
6	独立掄劈	Stand on One Leg and Cut with Armswing	Sur un pied, faire une rotation avec l'épée et fendre
7	退步回抽	Step Back and Withdraw Sword	Reculer d'un pas et ramener l'épée
8	独立上刺	Stand on One Leg and Thrust	Sur un pied, piquer vers le haut
9	虛步下截	Plunge Sword Downward in Empty Stance	En position du pas vide, intercepter en bas
10	左弓步刺	Thrust in Left Bow Stance	Piquer en position Gong Bu pied gauche devant
11	轉身斜帶	Turn Round and Carry Sword	Tourner et tirer vers soi l'épée en diagonale
12	縮身斜帶	Retreat and Carry Sword	Tirer vers soi l'épée en diagonale
13	提膝捧劍	Lift Knee and Hold Sword with Both Hands	Lever le genou et prendre l'épée à deux mains
14	跳步平刺	Hop and Thrust	Avancer en pas chassé et piquer horizontalement
15	左虛步撩	Swing Up Sword in Left Empty Stance	En position du pas vide, glisser l'épée vers le haut
16	右弓步撩	Swing Up Sword in Right Bow Stance	En position Arc et Flèche, glisser l'épée vers le haut
17	轉身回抽	Turn Round and Withdraw Sword	Tourner et ramener l'épée
18	并步平刺	Thrust with Feet Together	Les pieds joints, piquer horizontalement
19	左弓步攔	Parry in Left Bow Stanc	Bloquer en position Arc et Flèche pied gauche devant
20	右弓步攔	Parry in Right Bow Stance	Bloquer en position Arc et Flèche pied droit devant
21	左弓步攔	Parry in Left Bow Stance	Bloquer en position Arc et Flèche pied gauche devant
22	弓步反刺	Step Forward and Plunge Backward	Avancer et piquer à l'envers
23	反身回劈	Turn Round to Cut	Se retourner et fendre
24	虛步点劍	Point Sword in Right Empty Stance	En position du pas vide, pointer l'épée
25	独立平托	Stand on One Leg and Hold Sword Level	Sur un pied, porter l'épée horizontalement
26	弓步挂劈	Cut in Bow Stance	En position Arc et Flèche, parer vers l'arrière et fendre
27	虛步掄劈	Cut with Armswing in Empty Stance	En position du pas vide, faire une rotation avec l'épée et fendre
28	撤步反擊	Step Back to Strike	Reculer et frapper
29	进步平刺	Step Forward to Thrust	Avancer d'un pas et piquer horizontalement
30	丁步回抽	Withdraw Sword in T-Step	En position du pas pointé, bloquer et ramener l'épée
31	旋轉平抹	Circle Sword Horizontally	Tourner en cercle et couper horizontalement
32	弓步直刺, 收勢	Thrust Forward in Bow Stance. Closing form	En position Arc et Flèche, piquer en face. Fermeture