

CXWTA-Italia Il Campo del Cinabro



陈氏太极单剑 CHEN SHI TAIJI DAN JIAN  
La spada singola Taiji stile Chen

Posizione	Nome cinese	Pinyin	Nome italiano	N.	
I sezione	1	单剑起势	DAN JIAN QI SHI	Dare inizio alla spada Taiji	8
	2	朝阳剑	CHAO YANG JIAN	Omaggio al sole	5
	3	仙人指路	XIAN REN ZHI LU	L'immortale indica la Via	2
	4	青龙出水	QING LONG CHU SHUI	Il drago verde emerge dalle acque	2
	5	护膝剑	HU XI JIAN	Proteggere il ginocchio con la spada	5
	6	闭门势	BI MEN SHI	Chiudere la porta	2
	7	青龙出水	QING LONG CHU SHUI	Il drago verde emerge dalle acque	2
	8	翻身下劈剑	FAN SHEN XIA PI JIAN	Ruotare e fendere in basso	3
	9	青龙转身	QING LONG ZHUAN SHEN	Il drago verde avvolge la colonna	3
	10	斜飞势	XIE FEI SHI	Volo diagonale	2
	11	展翅点头	ZHAN CHI DIAN TOU	Spiegare le ali e fare un cenno col capo	5
II sezione	12	拨草寻蛇	BO CAO XUN SHE	Battere l'erba per snidare il serpente	4
	13	金鸡独立	JIN JI DU LI	Il gallo d'oro sta su una zampa	2
	14	仙人指路	XIAN REN ZHI LU	L'immortale indica la Via	2
	15	盖拦势	GAI LAN SHI	Nascondere e bloccare	2
	16	古树盘根	GU SHU PAN GEN	Il vecchio albero avvolge le radici	2
	17	饿虎扑食	E HU PU SHI	La tigre famelica si avventa sul cibo	3
	18	青龙摆尾	QING LONG BAI WEI	Il drago verde ondeggia la coda	3
	19	倒卷肱	DAO JUAN GONG	Indietreggiare e ruotare le braccia	4
	20	野马跳涧	YE MA TIAO JIAN	Il cavallo selvaggio salta il burrone	3
	21	白蛇吐信	BAI SHE TU XIN	Il serpente bianco fa saettare la lingua	2
	22	乌龙摆尾	WU LONG BAI WEI	Il drago nero ondeggia la coda	4
	23	钟馗仗剑	ZHONG KUI ZHANG JIAN	Zhong Kui impugna la spada	3
	24	罗汉降龙	LUO HAN XIANG LONG	Luo Han doma il drago	1
	25	黑熊翻背	HEI XIONG FAN BEI	L'orso bruno si volta	1
III sezione	26	燕子啄泥	YAN ZI ZHUO NI	La rondine becca nel fango	3
	27	白蛇吐信	BAI SHE TU XIN	Il serpente bianco fa saettare la lingua	2
	28	斜飞势	XIE FEI SHI	Volo diagonale	3
	29	鹰熊斗智	YING XIONG DOU ZHI	L'aquila e l'orso combattono con arguzia	3
	30	燕子啄泥	YAN ZI ZHUO NI	La rondine becca nel fango	2
	31	摘星换斗	ZHAI XING HUAN DOU	Cambiare le costellazioni	5
	32	海底捞月	HAI DI LAO YUE	Cogliere la luna dal fondo al mare	2
	33	仙人指路	XIAN REN ZHI LU	L'immortale indica la Via	2
	34	凤凰点头	FENG HUANG DIAN TOU	La fenice fa un cenno col capo	2
	35	燕子啄泥	YAN ZI ZHUO NI	La rondine becca nel fango	3
	36	白蛇吐信	BAI SHE TU XIN	Il serpente bianco fa saettare la lingua	2

IV sezione	37	斜飞势	XIE FEI SHI	Volo diagonale	3
	38	左托千斤	ZUO TUO QIAN JIN	Sollevarre mille jin a sinistra	3
	39	右托千斤	YOU TUO QIAN JIN	Sollevarre mille jin a destra	3
	40	燕子啄泥	YAN ZI ZHUO NI	La rondine becca nel fango	3
	41	白猿献果	BAI YUAN XIAN GUO	La scimmia bianca offre il frutto	1
	42	落花势	LUO HUA SHI	Fiori cadenti	5
	43	上下斜刺	SHANG XIA XIE CI	Stoccata in alto e in basso	4
	44	斜飞势	XIE FEI SHI	Volo diagonale	2
	45	哪吒探海	NE ZHA TAN HAI	Ne Zha esplora il mare	3
	46	怪蟒翻身	GUAI MANG FAN SHEN	Lo spirito serpente ruota su se stesso	2
	47	韦驮献杵	WEI TUO XIAN CHU	Wei Tuo punta il pestello	2
	48	磨盘剑	MO PAN JIAN	Ruotare la spada come una macina	4
	49	单剑收势	DAN JIAN SHOU SHI	Chiusura	3

Note: I numeri a destra, relativi alla didattica del Gran Maestro Chen Xiaowang, possono variare in base al livello delle classi.

[www.ilcampodelcinabro.it](http://www.ilcampodelcinabro.it)