

陳家太極拳 老架式 名稱

第一路 (13勢)

제 1 세

太極初勢(태극초세), 金剛搗錘(금강도추),

제 2 세

攬扎衣(람찰의), 六封四閉(육봉사폐), 單鞭(단편), 金剛搗錘,

제 3 세

白鶴亮翅(백학량시), 斜形(사형),

제 4 세

樓膝拗步(루슬요보), 斜形,

제 5 세

樓膝拗步, 演手肱拳(연수굉권), 金剛搗錘,

제 6 세

撇身捶(별신추), 靑龍出水(청룡출수), 雙推手(쌍추수), 肘底看手(주저간수), 倒捻肱(도넘굉), 白鶴亮翅, 斜形,

제 7 세

閃通背(섬통배), 演手肱拳, 六封四閉, 單鞭,

제 8 세

雲手(운수), 高探馬(고탐마), 右插(우삽), 左插(좌삽), 蹬一根子(등일근자), 神仙一把抓(신선일파조), 踢二起脚(탕

이거각), 護心拳(호심권), 旋風脚(선풍각), 蹬一根子, 演手肱拳, 小擒打(소금타), 抱頭推山(포두추산), 六封四閉, 單鞭,

제 9 세

前招後招(전초후초), 野馬分鬃(야마분종), 六封四閉, 單鞭, 玉女穿梭(옥녀천사), 攬扎衣, 六封四閉, 單鞭,

제 10 세

雲手, 擺脚跌岔(파각질차), 金鷄(雞)獨立(금계독립), 倒捻肱, 白鶴亮翅, 斜形, 閃通背, 演手肱拳, 六封四閉, 單鞭,

제 11 세

雲手, 高探馬, 十字脚(십자각), 指膛捶(지당추), 猿猴探果(원후탐과), 單鞭,

제 12 세

切地龍(절지룡), 上步七星(상보칠성), 退步跨肱(퇴보과굉),

제 13 세

轉身擺脚(전신파각), 當頭砲(당두포), 金剛搗錘.