



老架一路 Lao Jia Yi Lu

No	动作名称 Form Name	No	动作名称 Form Name
1	预备式 yu bei shi	39	小擒打 xiao qin da
2	金刚捣碓 jin gang dao dui	40	抱头推山 bao tou tui shan
3	懒扎衣 lan zha yi	41	六封四闭 liu feng si bi
4	六封四闭 liu feng si bi	42	单鞭 dan bian
5	单鞭 dan bian	43	前招 qian zhao
6	金刚捣碓 jin gang dao dui	44	后招 hou zhao
7	白鹤亮翅 bai he liang chi	45	野马分鬃 ye ma fen zong
8	斜形 xie xing	46	六封四闭 liu feng si bi
9	搂膝 lou xi	47	单鞭 dan bian
10	上三步 shang san bu	48	玉女穿梭 yu nu chuan suo
11	斜形 xie xing	49	懒扎衣 lan zha yi
12	搂膝 lou xi	50	六封四闭 liu feng si bi
13	上三步 shang san bu	51	单鞭 dan bian
14	掩手肱拳 yan shou gong quan	52	云手 yun shou
15	金刚捣碓 jin gang dao dui	53	双摆莲 shuang bai lian
16	撇身拳 pie shen quan	54	跌岔 die cha
17	青龙出水 qin long chu shui	55	金鸡独立 jin ji du li
18	双推手 shuang tui shou	56	倒卷肱 dao juan gong
19	肘底看拳 zhou di kan quan	57	白鹤亮翅 bai he liang chi
20	倒卷肱 dao juan gong	58	斜形 xie xing
21	白鹤亮翅 bai he liang chi	59	闪通背 shan tong bei
22	斜形 xie xing	60	掩手肱拳 yan shou gong quan
23	闪通背 shan tong bei	61	六封四闭 liu feng si bi
24	掩手肱拳 yan shou gong quan	62	单鞭 dan bian
25	六封四闭 liu feng si bi	63	云手 yun shou
26	单鞭 dan bian	64	高探马 gao tan ma
27	云手 yun shou	65	十字脚 shi zi jiao
28	高探马 gao tan ma	66	指裆锤 zhi dang chui
29	右擦脚 you ca jiao	67	白猿献果 bai yuan xian guo
30	左擦脚 zuo ca jiao	68	单鞭 dan bian
31	左蹬一跟 zuo deng yi gen	69	雀地龙 que di long
32	上三步 shang san bu	70	上步七星 shang bu qi xing
33	击地捶 ji di chui	71	下步跨虎 xia bu kua hu
34	二起脚 er qi jiao	72	双摆莲 shuang bai lian
35	护心拳 hu xing quan	73	当头炮 dang tou pao
36	旋风脚 xuan feng jiao	74	金刚捣碓 jin gang dao dui
37	右蹬一跟 you deng yi gen	75	收式 shou shi
38	掩手肱拳 yan shou gong quan		