

十三太保**Shísān Tàibǎo****Treize Gardes Royaux**

1:	预备式	Yùbèi shì	Cérémonie de préparation
2:	起式请拳	Qǐ shì qǐng quán	Salut d'ouverture
3:	半月沉江	Bànyuè chén jiāng	La demi lune s'enfonce dans la rivière
4:	孩儿捧花	Háier pěng huā	L'enfant offre la fleur
5:	双枝昭阳	Shuāng zhī zhāo yáng	Les branches jumelles se déploient
6:	青龙出水	Qīnglóng chūshuǐ	Le dragon vert sort de l'eau
7:	双枝昭阳	Shuāng zhī zhāo yáng	Les branches jumelles se déploient
8:	双龙探海	Shuānglóng tàn hǎi	Les dragons jumeaux explorent la mer
9:	双枝昭阳	Shuāng zhī zhāo yáng	Les branches jumelles se déploient
10:	拨水求鱼	Bō shuǐ qiú yú	Déchire l'eau pour chercher le poisson
11:	白鹤冲天	Báihè chōngtiān	La grue blanche s'élève dans le ciel
12:	昭阳散弹	Zhāo yáng sàn dàn	Un tir s'élève

(Répétez x2)

27:	青龙出水	Qīnglóng chūshuǐ	Le dragon vert sort de l'eau
28:	青龙出水	Qīnglóng chūshuǐ	Le dragon vert sort de l'eau
29:	青龙出水	Qīnglóng chūshuǐ	Le dragon vert sort de l'eau
30:	玷鞋出线	Diàn xié chūxiàn	Tire les lacets, casse la chaussure
31:	白鹤剪翼	Báihè jiǎn yì	La grue blanche fait des ciseaux de ses ailes
32:	虾蛄擢脚	Xiā gū zhì jiǎo	La crevette mante allonge ses pattes
33:	白鹤摇胛	Báihè yáo jiǎ	La grue blanche agite ses épaules
34:	锦盘摇珠	Jǐn pán yáo zhū	Enroule le brocart, agite les perles
35:	白鹤扇胛	Báihè shàn jiǎ	La grue blanche évente son épaule
36:	白鹤弹翅	Báihè dàn chì	La grue blanche secoue son aile
37:	霸王开弓	Bàwáng kāi gōng	Le roi tyran tend l'arc
38:	白鹤盖膊	Báihè gài bó	La grue blanche couvre son épaule
39:	白鹤扑翼	Báihè pū yì	La grue blanche bat de l'aile
40:	青龙出水	Qīnglóng chūshuǐ	Le dragon vert sort de l'eau
41:	微风拔树	Wéifēng bá shù	La brise agite l'arbre
42:	双枝昭阳	Shuāng zhī zhāo yáng	Les branches jumelles se déploient
43:	双龙探海	Shuānglóng tàn hǎi	Les dragons jumeaux explorent la mer
44:	双枝昭阳	Shuāng zhī zhāo yáng	Les branches jumelles se déploient
45:	拨水求鱼	Bō shuǐ qiú yú	Déchire l'eau pour chercher le poisson
46:	白鹤冲天	Báihè chōngtiān	La grue blanche monte dans le ciel
47:	昭阳散弹	Zhāo yáng sàn dàn	Un tir s'élève
48:	霸王开弓	Bàwáng kāi gōng	Le roi tyran tend l'arc
49:	白鹤扫翅	Báihè sǎo chì	La grue blanche balaie son aile
50:	青龙滚水	Qīnglong gǔnshuǐ	Le dragon vert roule / fait bouillonner l'eau
51:	走马回枪	Zǒumǎ huí qiāng	Monte a cheval, rend la lance

52:	青龙出水	Qīnglóng chūshuǐ	Le dragon vert sort de l'eau
53:	狸猫洗脸	Límāo xǐliǎn	Le chat-léopard lave son visage
54:	收式请拳	Shōu shì qǐng quán	Salut de fermeture
55:	半月沉江	Bànyuè chén jiāng	La demi lune s'enfonce dans la rivière
56:	式收	Shì shōu	Cérémonie de fermeture