

白鹤展翼

Báihè zhǎn yì

La grulla blanca extiende sus alas

	预备式	Yùbèi shì	Ceremonia de preparación
1.	起式请拳	Qǐ shì qǐng quán	Saludo de apertura
2.	半月沉江	Bànyuè chén jiāng	La media luna se hunde en el río
3.	孩儿捧花	Háier pěng huā	El niño ofrece la flor
4.	双枝昭阳	Shuāng zhī zhāo yang	Las ramas gemelas expuestas al sol
5.	观音叠座	Guānyīn dié zuò	Guanyin cruza los pilares
6.	黄蜂出巢	Huángfēng chū cháo	La avispa sale del nido
7.	双枝昭阳	Shuāng zhī zhāo yang	Las ramas gemelas expuestas al sol
8.	白鹤献爪	Báihè xiàn zhǎo	La grulla blanca enseña sus garras
9.	黄蜂出巢	Huángfēng chū cháo	La avispa sale del nido
10.	双枝昭阳	Shuāng zhī zhāo yang	Las ramas gemelas expuestas al sol
11.	白鹤献爪	Báihè xiàn zhǎo	La grulla blanca enseña las garras
12.	白鹤弹翅	Báihè dàn chì	La grulla blanca menea su ala
13.	锦盘摇珠	Jǐn pán yáo zhū	Enrolla el brocado, agita las perlas
14.	仙人打鼓	Xiānrén dǎgǔ	El inmortal toca los tambores
15.	玷鞋出线	Diàn xié chūxiàn	Tira de los cordones, doma el zapato
16.	铰刀剪芙蓉	Jiǎo dāo jiǎn fúróng	Las tijeras cortan el loto
17.	霸王开弓	Bàwáng kāi gōng	El rey tirano tira con arco
18.	白鹤盖博	Báihè gài bó	La grulla blanca cubre su lomo
19.	白鹤扑翼	Báihè pū yì	La grulla blanca agita su ala
20.	青龙滚水	Qīnglóng gǔnshuǐ	El dragón verde serpentea y hace
	que el agua hierva		
21.	青龙滚水	Qīnglóng gǔnshuǐ	El dragón verde serpentea y hace
	que el agua hierva		
22.	蝴蝶双飞	Húdié shuāngfēi	Mariposas gemelas volando
23.	拨水求鱼	Bō shuǐ qiú yú	Parte el agua, busca los peces
24.	千斤称出	Qiānjīn chēng chū	Levantando mil jins
25.	双枝昭阳	Shuāng zhī zhāo yang	Las ramas gemelas expuestas al sol
26.	双枝昭阳	Shuāng zhī zhāo yang	Las ramas gemelas expuestas al sol
27.	蝴蝶双飞	Húdié shuāngfēi	Mariposas gemelas volando
28.	拨水求鱼	Bō shuǐ qiú yú	Parte el agua, busca los peces
29.	金钟罩地	Jīn zhōng zhào de	La campana dorada cubre la tierra
30.	白鹤剪翅	Báihè jiǎn chì	La grulla blanca se corta la alas con
	una tijera		
31.	利刀削竹	Lì dāo xiāo zhú	El cuchillo pela el bambú
32.	将军出箭	Jiāngjūn chū jiàn	El general dispara una flecha
33.	双枝昭阳	Shuāng zhī zhāo yang	Las ramas gemelas expuestas al sol
34.	蝴蝶双飞	Húdié shuāngfēi	Mariposas gemelas volando
35.	拨水求鱼	Bō shuǐ qiú yú	Parte el agua, busca los peces
36.	千斤称出	Qiānjīn chēng chū	Levantando mil jins
37.	双枝昭阳	Shuāng zhī zhāo yang	Las ramas gemelas expuestas al sol

38. 白鹤剪翅 una tijera	Báihè jiǎn chì	La grulla blanca se corta las alas con
39. 鹤翅裁腰 cintura	Hè chì cái yāo	El ala de la grulla blanca corta la
40. 白鹤独立	Báihè dúlì	La grulla blanca se yergue solitaria
41. 狗子浚水	Gǒu zi jùn shuǐ	El perro se sacude el agua
42. 黄蜂出巢	Huángfēng chū cháo	La avispa sale del nido
43. 双枝昭阳	Shuāng zhī zhāo yang	Las ramas gemelas expuestas al sol
44. 白鹤献爪	Báihè xiàn zhǎo	La grulla blanca enseña las garras
45. 黄蜂出巢	Huángfēng chū cháo	La avispa sale del nido
46. 双枝昭阳	Shuāng zhī zhāo yang	Las ramas gemelas expuestas al sol
47. 白鹤献爪	Báihè xiàn zhǎo	La grulla blanca enseña las garras
48. 白鹤弹翅	Báihè dàn chì	La grulla blanca agita su ala
49. 锦盘摇珠	Jǐn pán yáo zhū	Enreda el brocado, agita las perlas
50. 仙人打鼓	Xiānrén dǎgǔ	El inmortal toca los tambores
51. 玷鞋出线	Diàn xié chūxiàn	Tira de los cordones, doma el zapato
52. 铰刀剪芙蓉	Jiǎo dāo jiǎn fúróng	Las tijeras cortan el loto
53. 霸王开弓	Bàwáng kāi gōng	El rey tirano saca el arco
54. 白鹤盖膊	Báihè gài bó	La grulla blanca se cubre el lomo
55. 白鹤扫翅	Báihè sǎo chì	La grulla blanca agita su ala
56. 青龙出水	Qīnglóng chūshuǐ	El dragón verde emerge del agua
57. 回马一枪	Huí mǎ yī qiāng	Caballo que regresa, una única lanza
58. 白鹤扫翅	Báihè sǎo chì	La grulla blanca agita su ala
59. 一枝梅花	Yīzhī méihuā	Rama de la flor del ciruelo
60. 白鹤引颈	Báihè yǐnjǐng	La grulla blanca extiende su cuello
61. 鹤翅裁腰 cintura	Hè chì cái yāo	El ala de la grulla blanca corta la
62. 青龙出水	Qīnglóng chūshuǐ	El dragón verde emerge del agua
63. 双龙抢珠 de la perla	Shuānglóng qiǎng zhū	Los dragones gemelos se apoderan
64. 白鹤扇胛	Báihè shàn jiǎ	La grulla blanca se abanica el lomo
65. 白鹤扇胛	Báihè shàn jiǎ	La grulla blanca se abanica el lomo
66. 黄牛洗角	Huángniú xǐ jiǎo	El buey moja sus cuernos
67. 锦盘摇珠	Jǐn pán yáo zhū	Enrolla el brocado, agita las perlas
68. 仙人摘桃	Xiānrén zhāi táo	El inmortal arranca un melocotón
69. 仙人摘花	Xiānrén zhāihuā	El inmortal toma una flor
70. 青龙出水	Qīnglóng chūshuǐ	El dragón verde emerge del agua
71. 飞天砍斧 hacha	Fēitiān kǎn fǔ	Feitian hace un tajo, corta con un
72. 十字打手	Shízì dǎshǒu	Golpe de las manos cruzadas
73. 鹤翅垂落	Hè chì chuíluò	Las alas de la grulla blanca reposan
74. 白鹤弹膊	Báihè dàn bó	La grulla blanca tira de su lomo
75. 白鹤吻嘴	Báihè wěn zuǐ	La grulla blanca picotea con su pico

76. 白鹤缠脖	Báihè chán bó	La grulla blanca enrolla su cuello
77. 白鹤圈头 su cuello	Báihè quān tóu	La grulla blanca dibuja un círculo con
78. 鹤翅垂落	Hè chì chuǐluò	Las alas de la grulla blanca reposan
79. 收式请拳	Shōu shì qǐng quán	Saludo de cierre
80. 半月沉江	Bànyuè chén jiāng	La media luna se hunde en el río
81. 收式还原	Shōu shì huányuán	Cierre y retorno a la posición inicial