

YI JIN JING

Bevægelserne har fået navne for at lette udenadslæren.

1. Klarstilling
2. Wei Tuo – præsenterer pestillen 1-3
3. Plukke stjerne I hver side
4. Trække ni køer ved halerne
5. Vise kløer og sprede vinger
6. Ni spøgelse trækker sablen
7. De tre kropszoner sænkes
8. Sort drage fremviser sine kløer
9. Tiger springer på sit bytte
10. Bukke sig i hilsen
11. Svinge sin hale

