

Le document est extrait du l'ouvrage de Yearning K. CHEN autre nom CHEN Gong ou encore CHEN Yen-lin, "*T'AI-CHI CH'UAN, its effects and practical applications*", première édition en 1943 sous le titre "T'ai Chi Ch'uan Tao Chien Kan San Shou Shou Ho Lun" réédité en anglais chez Willow Pattern Press à Shanghai en 1947 avec le titre que nous lui avons donné ci-dessus "TAI-CHI CHUAN, its effects ...".

Le document a été repris dans l'ouvrage de Jean Gortais "TAI-JI QUAN, l'enseignement de Li Guang-hua, la tradition de l'école Yang", éditions Le courrier du Livre.

Il est simplement regrettable que pour composer ce livre les commentaires et indications de mouvements n'aient pas été essayés par des pratiquants. Bien des erreurs de traduction auraient pu être évités.

太 極 拳
T'AI-CHI CH'UAN
ITS
EFFECTS
AND
PRACTICAL APPLICATIONS

By
YEARNING K. CHEN
陳 炎 林

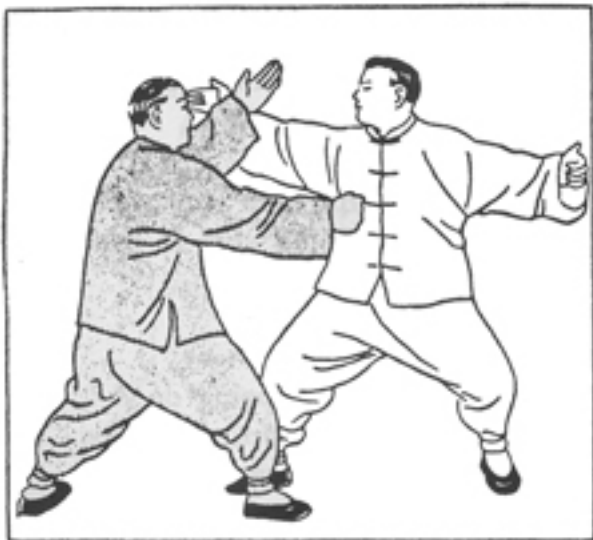
Présentation des 44 premiers mouvements tel qu'ils sont enseignés aujourd'hui.
Vous pouvez les retrouver sur la présentation que nous en faisons en introduction de notre document intitulé "Tai Chi two man set" (L'erreur d'orthographe "man" à la place de "men" est placée là, en référence à la démonstration de Sha Guo Sheng de 1984.)



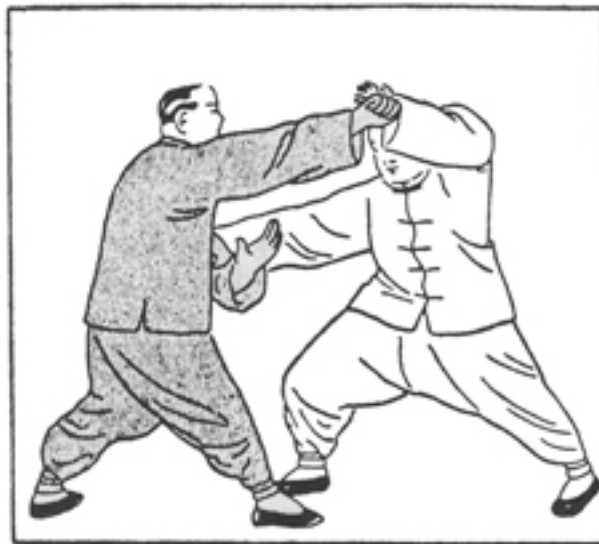
1



2



3



4



5



6



7



8



9



10



11



12



13



14



15



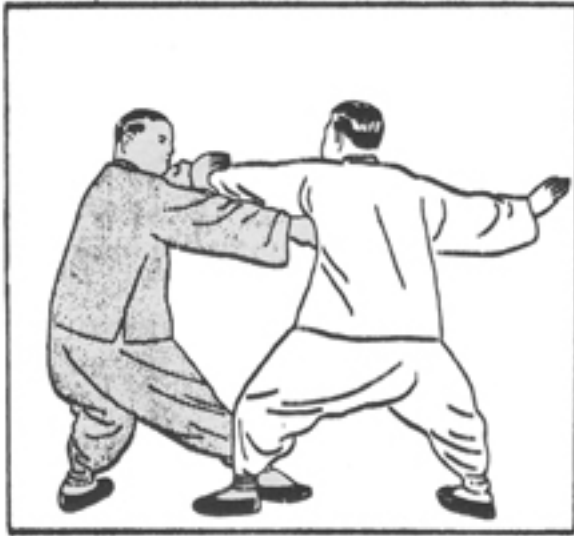
16



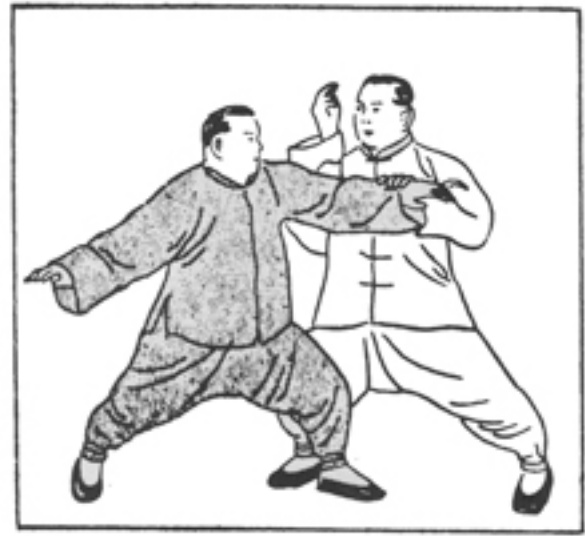
17



18



19



20



21



22



23



24



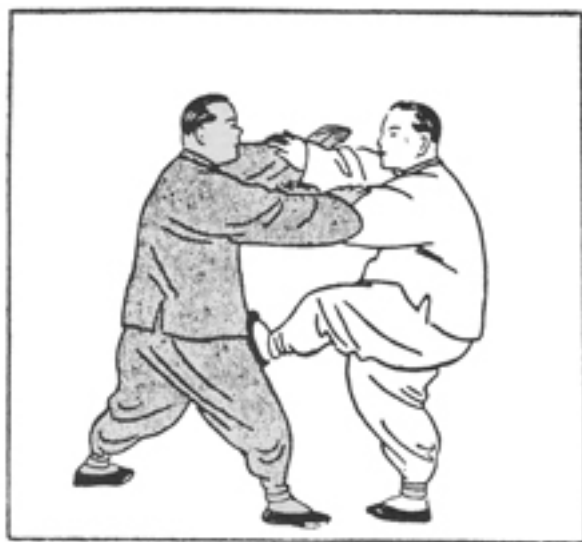
25



26



27



28



29



30



31



32



33



34



35



36



37



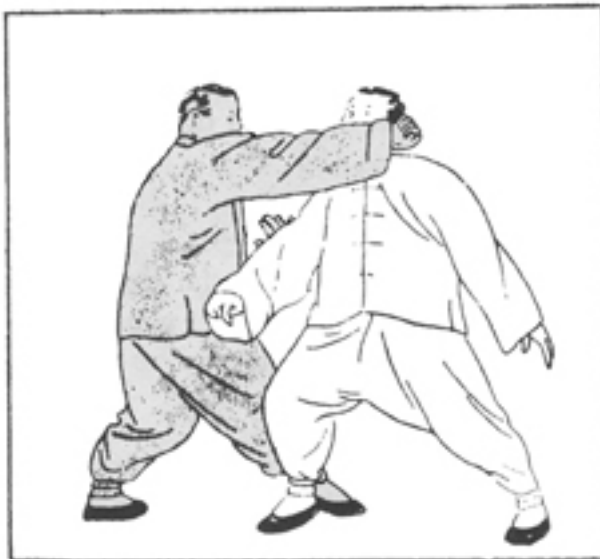
38



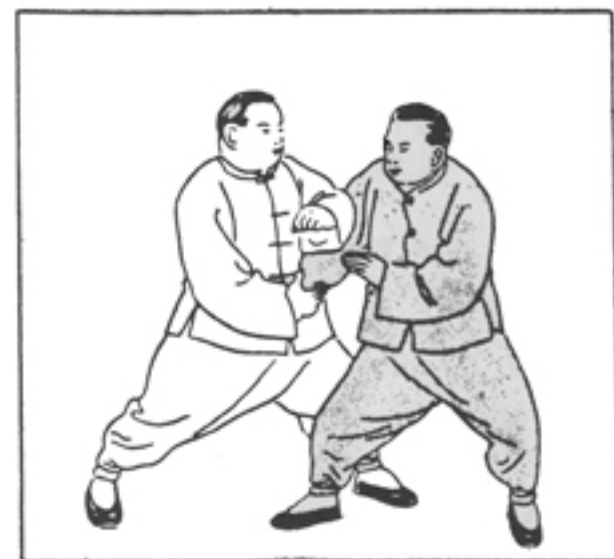
39



40



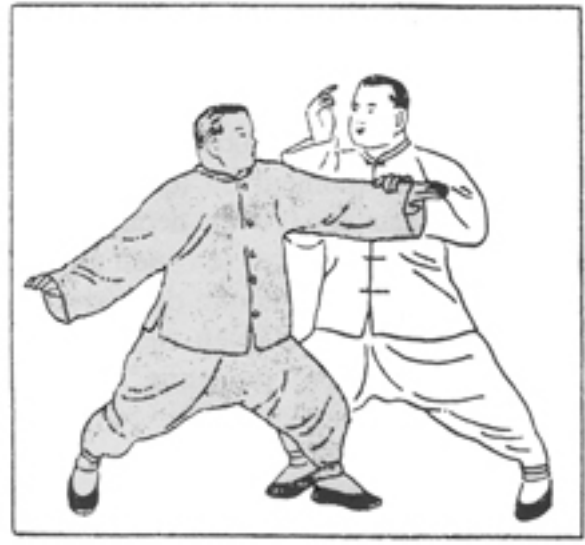
41



42



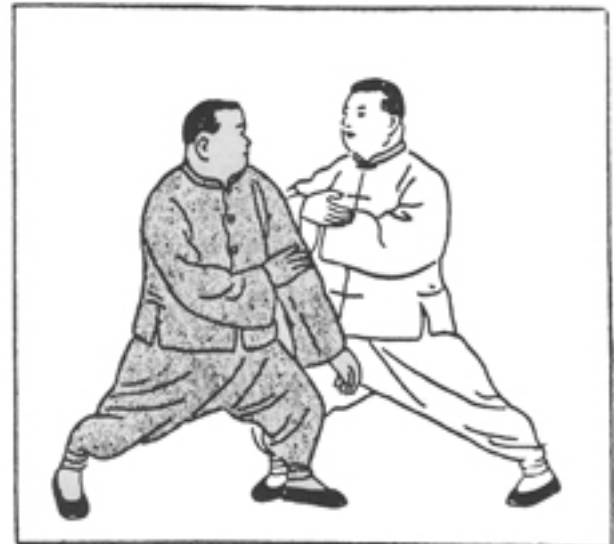
43



44



45



46



47



48