

Боевой парный комплекс (Сан Шоу)

Часть 1

1. Шаг вперёд и прямой удар А
2. Поднять руки (блок) В
3. Шаг вперёд, перехват (поднять руки) и Прямой удар А
4. Отклонить и ударить кулаком В
5. (Цай,) Шаг вперёд (Као) и удар левым плечом А
6. (Цай+Пэн,) Справа атаковать тигра (боковой удар) В
7. (Пэн+Цай,) Удар левым локтем А
8. Толкнуть влево и удар правым локтем В
9. (Цай,) Отойти и атаковать тигра слева (боковой удар) А
10. Журавль расправляет крылья и Правый удар вниз В
11. Поднять руки (пилящий удар) А
12. Повернуть тело и толкнуть (Веер) В
13. Правый обратный удар кулаком А
14. Перехватить и прямой удар В
15. Перехватить и боковой удар А
16. Дикая лошадь - разделить гриву В
17. (Пэн,) Выстрелить в тигра (правый удар) А
18. Повернуть тело, отшаг и оттягивание В
19. Шагнуть вперёд (Пэн) и надавливание (левое) А
20. Повернуть тело, оттягивание и надавливание (левое) В
21. Двойной цай и Ноги в форме креста (удар правой ногой) А
22. Обмахнуть и удар кулаком вниз В

Часть 2

23. Схватить (л цай) и выкорчевать (выведение-круг) А
24. Красавица ткёт челноком, один В
25. Красавица ткёт челноком, два А
26. Белый журавль раскрывает крылья, удар пр ногой В
27. (Единорог, удар л ногой) наклонный полет (удар левым плечом) А
28. Оттягивание плеча В
29. Повернуть тело чтобы сорвать плечо (да лю) В
30. (Пэн,) Повернуть тело чтобы оттянуть (да лю) А
31. (л пэн,) Два ветра проходят сквозь уши В
32. (Ан вниз, пр кик в колено,) Двойной толчок (Ан) А
33. Одиночный хлыст В
34. Толкнуть вправо А
35. Пилить плечо (правое) (захват локтя) В

- | | |
|--|---|
| 36.Следовать позиции и толкнуть | A |
| 37.Нейтрализовать и ударить правой ладонью (хлыст 2) | B |
| 38.Нейтрализовать и толкнуть (одиночный хлыст) | A |
| 39.Нейтрализовать ,(бросок) и ударить правым локтем | B |
| 40.Схватить (цай) и выкорчевать (выведение) | A |
| 41.Сменить шаги и оттягивание | B |
| 42.Шаг вперед и надавливание | A |
| 43.Сменить шаги и оттягивание (42 и 43 повторить) | B |
| 44.Атаковать тигра справа (боковой удар) | A |

Часть 3

- 45.Повернуть тело, шаг назад, оттягивание
- 46.Шаг вперед (л пэн) и левое надавливание
- 47.Поворот и надавливание
- 48.Сменить шаг и удар правым плечом (локтем)
- 49.Поворот (Ан) и полёт по диагонали (ян удар)
- 50.(Пэн, л цай) Удар правым локтем
- 51.Повернуть тело, петух на одной ноге
- 52.(п шаг назад,) Нейтрализация вниз
- 53.(Раскрытие,) Удар левой пяткой
- 54.Повернуться, шагнуть и као (наклонный полёт)
- 55.(Пэн, л цай) Оттягивание левой руки
- 56.Повернуться (пр блок) и удар правой ногой
- 57.Двойное разделение и почистить правое колено
- 58.Повернуться (л паковка) и удар левой ногой
- 59.Двойное разделение и почистить левое колено
- 60.Сменить руки, (малое оттягивание) и удар правым плечом (пр уд в пах)
- 61.Отход, (прилипание, м оттягивание) и удар пр плечом (пр удар в пах)
- 62.(захват,) Шаг вперед, схватить воробья за хвост (левый) – расчёсывание л
- 63.Руки-облака (правый)- пэн
- 64.Шаг вперед и схватить воробья за хвост (левый) – расчёсывание пр
- 65.Руки-облака (левый) – пэн
- 66.Разделить сверху, надавливание (захват головы) и удар л пяткой вниз

Часть 4

- 67.(пр рукой пэн и цай,) Крюк пр ногой
- 68.Повернуть тело и сбить лотос пр ногой
- 69.Удар левым локтем /као

- 70.Крюк рукой (пр пэн) и змея (убить тигра в печень)
- 71.(л р блок,) Наклонный полёт (воробьиный хвост правый)
- 72.(пэн,) Слева атаковать тигра
- 73.Двойное разделение (журавль) и толкнуть вниз (пр ан – 3v)
- 74.Шаг назад и л оттолкнуть обезьяну
- 75.Толкнуть левой рукой
- 76.Шаг назад и пр оттолкнуть обезьяну
- 77.Толкнуть правой рукой
- 78.Шаг назад и л оттолкнуть обезьяну
- 79.Удар правой ладонью
- 80.Шагнуть вперёд к семи звёздам (+пр цай и удар пр ногой в печень)
- 81.Достать иглу со дна моря
- 82.Руки веером (Натянуть лук и выстрелить в тигра)
- 83.Схватить (цай) справа (игла)
- 84.Натянуть лук и выстрелить в тигра
- 85.Нейтрализовать вверх (журавль)и пр надавливание вперёд (боев вар-л за голову)
- 86.(Л отвод,) Кулак под локтем (в печень)
- 87.Крест руками – Белая змея выпускает яд
- 88.Журавль и толчок (ан) и нейтрализация (Обнять тигра и вернуться к горе)
Отход назад