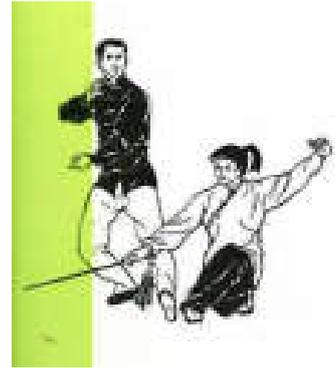


# Taiji Schwert mit 42 Folgen (Wettbewerbsform)

Das Taiji Schwert ist ein wichtiger Bestandteil der Taiji Quan Bewegungsart. Es gehört zum bewaffneten Taiji. Diese Form vereint die Geschmeidigkeit und die Flinkheit des Taiji Quans mit der einzigartigen Anmutigkeit und Eleganz der Schwertkunst. Während der Übung versucht der Übende seine Körperenergie durch das Schwert zum Ausdruck zu bringen.

Das Taiji Schwert mit 42 Folgen wurde 1991 von Taiji Quan Experten der Volksrepublik China entwickelt. Diese Form enthält 22 Schwerttechniken verschiedener Taiji Quan Stilrichtungen. Sie ist standardisiert und die einzige Taiji Schwert Form, mit der man berechtigt ist, an nationalen bzw. internationalen Wushu (Kampfkunst)Wettbewerben teilzunehmen.



Die 42 Folgen werden in vier Abschnitte eingeteilt.

## Aufbau des Schwertes und die grundlegenden Schwerttechniken

1. Wirbeln – wàn huā 腕花
2. Punktieren – diǎn 点
3. Schälen – xiāo 削
4. Spalten – pī 劈
5. Blockieren – lán 拦
6. Streifen – liāo 撩
7. Tragen – pěng 捧
8. Stechen – cì 刺
9. Abhacken – zhǎn 斩
10. Sprengen – bēng 崩
11. Niederdrücken – yā 压
12. Kreisen – jiǎo 绞
13. Abfangen – jié 截
14. Führen – dài 带
15. Stützen – tuō 托
16. Durchbohren – chuān 穿
17. Aufstellen – jià 架
18. Wegfegen – sào 扫
19. Wolkenschwert – yún 云
20. Streichen – mǒ 抹
21. Schieben – tuī 推
22. Aufhängen – guà 挂
23. Heben – tí 提
24. Aufspießen – tiǎo 挑
25. Drehen – zhuǎn 转

## **Bezeichnungen und Abschnitte**

### **Erster Abschnitt (11)**

1. 起勢 (式) qǐshì Beginn
2. 並步點劍 bìngbù diǎnjiàn Punktieren in geschlossener Stellung
3. 弓步斜削 gōngbù xiéxiāo Diagonal schälen in Bogenstellung
4. 提膝劈劍 tíxī pījiàn Spalten und linkes Knie heben
5. 左弓步攔 zuǒ gōngbù lán Blockieren in Bogenstellung – links
6. 左虛步撩 zuǒ xūbù liāo Streifen in Leerstellung – links
7. 右弓步撩 yòu gōngbù liāo Streifen in Bogenstellung – rechts
8. 提膝捧劍 tíxī pěngjiàn Rechtes Knie heben und Schwert in beiden Händen tragen
9. 蹬腳前刺 dēngjiǎo qiáncì Mit der Ferse stoßen und geradeaus stechen
10. 跳步平刺 tiàobù píngcì Sprungschritt und flach nach vorne stechen
11. 轉身下刺 zhuǎnshēn xiàcì Umdrehen und nach unten stechen

### **Zweiter Abschnitt (10)**

12. 弓步平斬 gōngbù píngzhǎn Horizontal abhacken in Bogenstellung
13. 弓步崩劍 gōngbù bēngjiàn Sprengen in Bogenstellung
14. 歇步壓劍 xiēbù yājiàn Niederdrücken in Pausenstellung
15. 進步絞劍 jìnbù jiǎojiàn Vorwärtsschritt und das Schwert spiralförmig winden
16. 提膝上刺 tíxī shàngcì Linkes Knie heben und nach oben stechen
17. 虛步下截 xūbù xiàjié Nach unten abfangen in Leerstellung
18. 右左平帶 yòuzuǒ píngdài Rechts und links horizontal führen
19. 弓步劈劍 gōngbù pījiàn Spalten in Bogenstellung
20. 丁步托劍 dīngbù tuōjiàn Schwert stützen in Nagelstellung
21. 分腳後點 fēnjiǎo hòudiǎn Mit dem Fußrücken stoßen und nach hinten punktieren

### **Dritter Abschnitt (11)**

22. 仆步穿劍 pūbù chuānjiàn Durchbohren in Hockstellung
23. 蹬腳架劍 dēngjiǎo jiàjiàn Mit der Ferse stoßen und nach oben parieren
24. 提膝點劍 tíxī diǎnjiàn Knie heben und punktieren
25. 仆步橫掃 pūbù héngsǎo Horizontal fegen in Hockstellung
26. 弓步下截 gōngbù xiàjié Nach unten abfangen in Bogenstellung – rechts und links
27. 弓步下刺 gōngbù xiàcì Kräftig nach unten stechen in Bogenstellung
28. 右左雲抹 yòuzuǒ yúnmǒ Wolkenschwert und streichen – rechts und links
29. 右弓步劈 yòu gōngbù pī Spalten in Bogenstellung – rechts
30. 後舉腿架劍 hòu jǔtuǐ jiàjiàn Rechtes Bein nach hinten heben und nach oben parieren
31. 丁步點劍 dīngbù diǎnjiàn Punktieren in Nagelstellung
32. 馬步推劍 mǎbù tuījiàn Kräftig schieben in Reiterstellung

#### Vierter Abschnitt(10)

33. 獨立上托 dúlì shàngtuō Auf dem rechten Bein stehen und Schwert nach oben stützen
34. 掛劍前點 guàjiàn qiándiǎn Das Schwert aufhängen und nach vorne punktieren
35. 歇步崩劍 xiēbù bēngjiàn Nach oben sprengen in Pausenstellung
36. 弓步反刺 gōngbù fǎncì Mit umgedrehter Hand stechen in Bogenstellung
37. 轉身下刺 zhuǎnshēn xiàcì Umdrehen und nach unten stechen
38. 提膝提劍 tíxī tíjiàn Schwert und Knie heben
39. 行步穿劍 xíngbù chuānjiàn Kreisschritt und durchbohren
40. 擺腿架劍 bǎituǐ jiàjiàn Rechtes Bein schwingen und nach oben parieren
41. 弓步直刺 gōngbù zhíci Geradeaus stechen in Bogenstellung
42. 收勢 (式) shōushì Schluss

----- 1. Abschnitt (11) -----



1.

\*Open.\* - Eröffnung (1)



2. (A)



3. (B)



4. (B)



5. (C)



6. (C)



7. (D)

\*1\* Beginn (起勢 (式) qǐshì) - (2-7)



8. (A)



9. (A)



10.(B)



11. (C)

\*2\* Punktieren in geschlossener Stellung (並步點劍 bìngbù diǎnjiàn) - (8-11)



12. (A)



13. (B)

\*3\* Diagonal schälen in Bogenstellung (弓步斜削 gōngbù xiéxiāo) - (12-13)



14. (A)



15. (B)

**\*4\*** Spalten und linkes Knie heben (提膝劈劍 tíxī pījiàn) - (14-15)



16. (A)



17. (B)

**\*5\*** Blockieren in Bogenstellung links (左弓步攔 zuǒ gōngbù lán) - (16-17)



18. (A)



19. (B)

**\*6\*** Streifen in Leerstellung links (左虛步撩 zuǒ xūbù liāo) - (18-19)

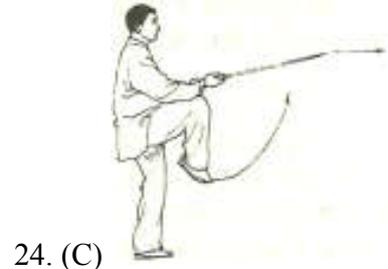
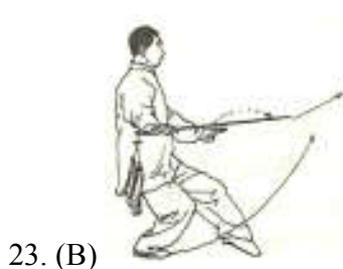
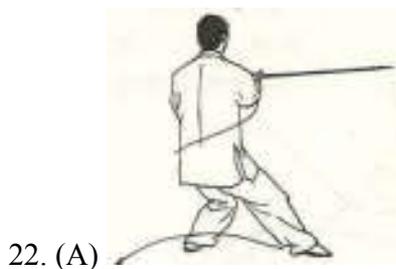


20. (A)



21. (B)

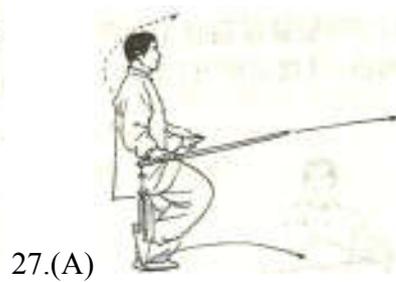
**\*7\*** Streifen in Bogenstellung links (右弓步撩 yòu gōngbù liāo) - (20-21)



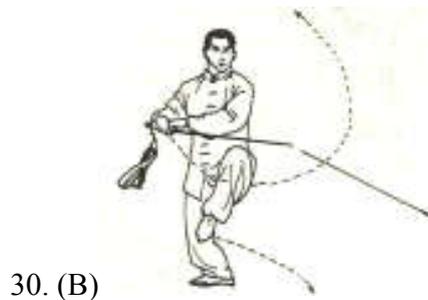
**\*8\*** Rechtes Knie heben und Schwert in beiden Händen tragen (提膝捧劍 tixī pěngjiàn) - (22-24)



**\*9\*** Mit der Ferse stoßen und geradeaus stechen (蹬腳前刺 dēngjiǎo qián cì) - (25)



**\*10\*** Sprungschritt und flach nach vorne stechen (跳步平刺 tiàobù píng cì) - (26-28)



**\*11\*** Umdrehen und nach unten stechen (轉身下刺 zhuǎnshēn xià cì) - (29-31)

----- 2. Abschnitt (10) -----

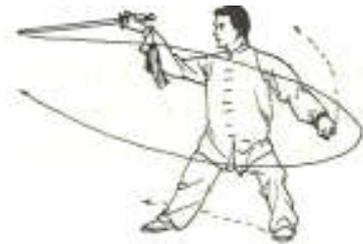


32. (A)



33. (B)

\*12\* Horizontal abhacken in Bogenstellung (弓步平斬 gōngbù píngzhǎn) - (32-33)



34. (A)



35. (A)



36. (B)



37. (C)

\*13\* Sprengen in Bogenstellung (弓步崩劍 gōngbù bēngjiàn) - (34-37)



38.



39.

\*14\* Niederdrücken in Pausenstellung (歇步壓劍 xiēbù yājiàn) - (38-39)



40. (A)



41. (B)

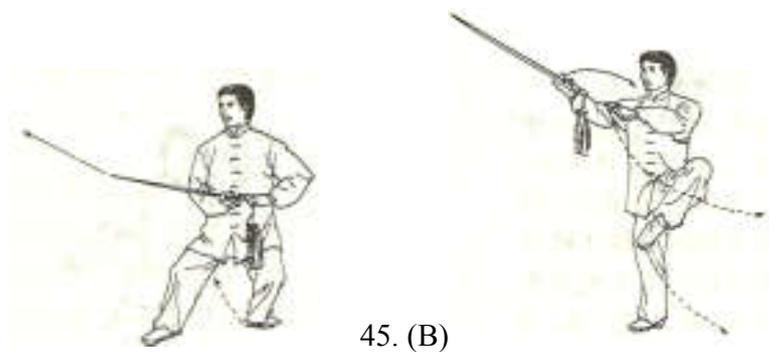


42. (C)



43. (D)

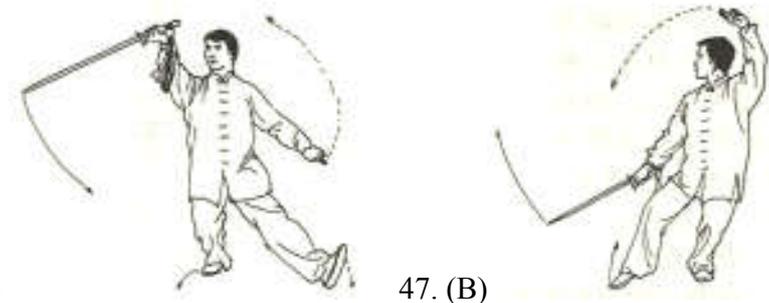
\*15\* Vorwärtsschritt und das Schwert spiralförmig winden (進步絞劍 jìnbù jiǎojiàn) - (40-43)



44. (A)

45. (B)

**\*16\*** Linkes Knie heben und nach oben stechen (提膝上刺 tíxī shàngcì) - (44-45)



46. (A)

47. (B)

**\*17\*** Nach unten abfangen in Leerstellung (虛步下截 xūbù xiàjié) - (46-47)



48. (A)

49. (A)

50. (B)

**\*18\*** Rechts und links horizontal führen (右左平帶 yòuzuǒ píngdài) - (48-50)



51. (A)

52. (A)

53. (B)

**\*19\*** Spalten in Bogenstellung (弓步劈劍 gōngbù pījiàn) - (51-53)



54. (A)

55. (A)

56. (B)

**\*20\*** Schwert stützen in Nagelstellung (丁步托劍 dīngbù tuōjiàn) - (54-56)



57. (A)



58. (B)



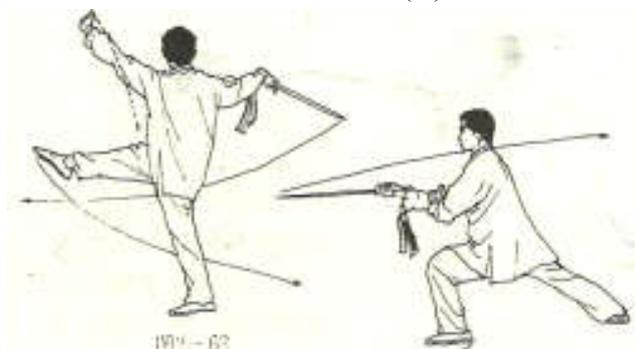
59. (C)



60. (D)



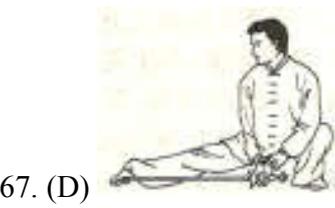
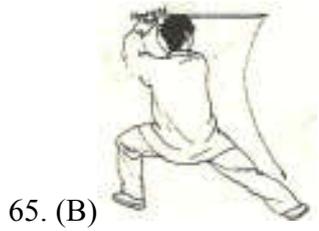
61. (E)



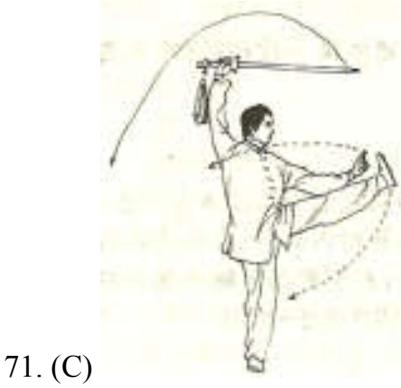
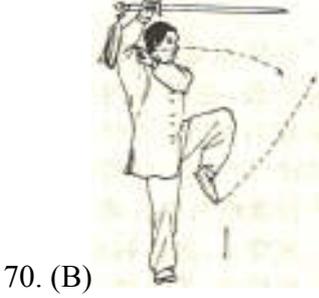
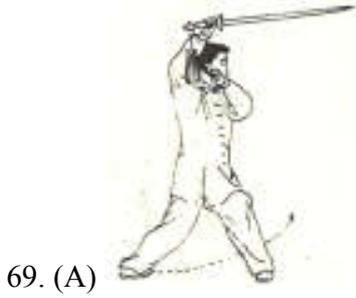
62.63. (F)

**\*21\*** Mit dem Fußrücken stoßen und nach hinten punktieren (分脚後點 fēnjiǎo hòudiǎn) - (57-63)

----- 3. Abschnitt (11) -----



**\*22\*** Durchbohren in Hockstellung (仆步穿剑 pūbù chuānjiàn) - (64-68)



**\*23\*** Mit der Ferse stoßen und nach oben parieren (蹬脚架剑 dēngjiǎo jiàjiàn) - (69-71)



**\*24\*** Knie heben und punktieren (提膝点剑 tíxī diǎnjiàn) - (72)



**\*25\*** Horizontal fegen in Hockstellung (仆步横扫 pūbù héngsǎo) - (73-74)



75. (A)



76. (B)



77. (C)



78. (D)

**\*26\*** Nach unten abfangen in Bogenstellung – rechts und links (弓步下截 gōngbù xiàjié) - (75-78)



79. (A)



80. (B)

**\*27\*** Kräftig nach unten stechen in Bogenstellung (弓步下刺 gōngbù xiàcì) - (79-80)



81. (A)



82. (B)



83. (C)



84. (D)



85. (E)



86. (F)



87. (G)



88. (H)

**\*28\*** Wolkenschwert und streichen – rechts und links (右左雲抹 yòuzuǒ yúnmǒ) - (81-88)



89. (A)



90. (A)



91. (B)

**\*29\*** Spalten in Bogenstellung – rechts (右弓步劈 yòu gōngbù pī) - (89-91)



92. (A)



93. (B)

**\*30\*** Rechtes Bein nach hinten heben und nach oben parieren (後舉腿架劍 hòu jǔtuǐ jiàjiàn) - (92-93)



94. (A)



95. (B)

**\*31\*** Punktieren in Nagelstellung (丁步點劍 dīngbù diǎnjiàn) - (94-95)



96. (A)



97. (B)

**\*32\*** Kräftig schieben in Reiterstellung (馬步推劍 mǎbù tuījiàn) - (96-97)

----- 4. Abschnitt (10) -----



98. (A)



99. (B)



100. (C)

**\*33\*** Auf dem rechten Bein stehen und Schwert nach oben stützen (獨立上托 dúlì shàngtuō) – (98-100)



101. (A)



102. (B)



103. (C)



104. (D)



105. (E)

**\*34\*** Das Schwert aufhängen und nach vorne punktieren (掛劍前點 guàjiàn qiándiǎn) - (101-105)



106. (A)



107. (B)



108. (C)

**\*35\*** Nach oben springen in Pausenstellung (歇步崩劍 xiēbù bēngjiàn) - (106-108)



109. (A)



110. (B)

**\*36\*** Mit umgedrehter Hand stechen in Bogenstellung (弓步反刺 gōngbù fǎncì) - (109-110)



111. (A)



112. (B)



113. (C)

**\*37\*** Umdrehen und nach unten stechen (轉身下刺 zhuǎnshēn xiàcì) - (111-113)



114. (A)



115. (B)



116. (C)

**\*38\*** Schwert und Knie heben (提膝提劍 tíxī tíjiàn) - (114-116)



117. (A)



118. (B)



119. (C)

**\*39\*** Kreisschritt und durchbohren (行步穿劍 xíngbù chuānjiàn) - (117-119)



120. (A)



121. (A)



122. (A)



123. (C)

**\*40\*** Rechtes Bein schwingen und nach oben parieren (擺腿架劍 bǎituǐ jiàjiàn) - (120-123)



124. (A)



125. (B)

**\*41\*** Geradeaus stechen in Bogenstellung (弓步直刺 gōngbù zhíci) - (124-125)



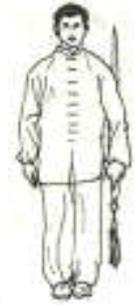
126. (A)



127. (B)



128. (C)



129. (C)

**\*42\*** Schluss (收勢 (式) shōushi) - (126-129)

# Bewegungsdiagramm

## Taiji Schwert mit 42 Folgen - Bewegungsdiagramm

