

1		0	Die Vorbereitung	Yu Bei Shi
2		1	Der Beginn	Qi Shi
3			Den Spatzenschwanz fangen	Lan Que Wei
	A	2	Heben und abwehren, links	Zuo Peng
	B	3	Heben und abwehren, rechts	You Peng
	C	4	Den Gegner aus dem Gleichgewicht bringen und seitwärts nach hinten schleudern	Lü
	D	5	Wegschieben	Ji
	E	6	Gegen halten	An
4		7	Die einfache Peitsche	Dan Bian
5		8	Die Arme heben	Ti Shou Shang Shi
6		9	Der weiße Kranich breitet seine Schwingen aus	Bai He Liang Chi
7		10	Das Knie streifen, links	Zuo Lou Xi Ao Bu
8		11	Die Laute spielen	Shou Hui Pi Pa
9			Das Knie streifen, links und rechts	Zuo You Lou Xi Ao Bu
	A	12	Das Knie streifen, links	Zuo Lou Xi Ao Bu
	B	13	Das Knie streifen, rechts	You Lou Xi Ao Bu
	C	14	Das Knie streifen, links	Zuo Lou Xi Ao Bu
10		15	Die Laute spielen	Shou Hui Pi Pa
11		16	Das Knie streifen, links	Zuo Lou Xi Ao Bu
12		17	Vorwärtsgehen, abwehren, gegen halten und zustoßen	Jin Bu Ban Lan Chui
13		18	Wie versiegelt und verschlossen	RuFengSiBi
14		19	Die Hände kreuzen	Shi Zi Shou
15			Der Leopard und der Tiger gehen zurück zum Berg	Bao Hu Gui Shan
	A	20	Der Leopard und der Tiger gehen zurück zum Berg	Bao Hu Gui Shan
	B-D	21	Den Spatzenschwanz fangen	Lan Que Wei
16			Die Faust unter dem Ellenbogen	Zhou Di Kann Chui
		22	Die einfache Peitsche, diagonal	Xie Dan Bian
		23	Die Faust unter dem Ellenbogen	Zhou Di Kann Chui
17			Rückwärts gehen und den Affen vertreiben, links und rechts	Zuo You Dao Nian Hou
	A	24	Rückwärts gehen und den Affen vertreiben, rechts	You Dao Nian Hou
	B	25	Rückwärts gehen und den Affen vertreiben links	Zuo Dao Nian Hou
	C	26	Rückwärts gehen und den Affen vertreiben, rechts	You Dao Nian Hou
18		27	Fliegender Handschlag, diagonal	Xie Fei Shi
19		28	Die Arme heben	Ti Shou Shang Shi
20		29	Der weiße Kranich breitet seine Schwingen aus	Bai He Liang Chi
21		30	Das Knie streifen, links	Zuo Lou Xi Ao Bu
22		31	Die Nadel auf dem Meeresboden	Hai Di Zhen
23		32	Die Arme wie einen Fächer ausbreiten	Shan Tong Bei
24		33	Sich umdrehen und mit der Faust schlagen	Pie Shen Chui
25		34	Vorwärtsgehen, abwehren, gegenhalten und zu stoßen	Jin Bu Ban Lan Chui
26		35	Vorwärtsgehen und den Spatzenschwanz fangen	Shang Bu Lan Que Wei
27		36	Die einfache Peitsche	Dan Bian
28		37	Wolkenhände	Yun Shou
29		38	Die einfache Peitsche	Dan Bian
30		39	Auf dem Pferd reiten und nach dem Weg fragen	Gao Tan Ma
31			Mit der Fußspitze stoßen, links und rechts	Zuo You Fen Jiao
	A	40	Mit der Fußspitze stoßen, rechts	You Fen Jiao
	B	41	Mit der Fußspitze stoßen, links	Zuo Fen Jiao
32		42	Sich umdrehen und mit der Ferse stoßen	Zhuan Shen Deng Jiao
33			Das Knie streifen, links und rechts	Zuo You Lou Xi Ao Bu
	A	43	Das Knie streifen, links	Zuo Lou Xi Ao Bu
	B	44	Das Knie streifen, rechts	You Lou Xi Ao Bu
34		45	Vorwärts gehen und mit der Faust herabstoßen	Jin Bu Zai Chui
35		46	Sich aufrichten, umdrehen und mit der Faust schlagen	Fan Shen Pie Shen Chui
36		47	Vorwärtsgehen, abwehren, gegenhalten und zu stoßen	Jin Bu Ban Lan Chui
37,		48	Mit der Ferse stoßen, rechts	You Deng Jiao
38		49	Den Tiger schlagen, links	Zuo Da Hu Shi
39		50	Den Tiger schlagen, rechts	You Da Hu Shi
40		51	Nach links drehen und mit der Ferse stoßen, rechts	Hui Shen You Deng Jiao
41		52	Dem Gegner auf die Ohren schlagen	Shuang Feng Guan Er
42		53	Mit der Ferse stoßen, links	Zuo Deng Jiao
43		54	Sich umdrehen und mit der Ferse stoßen, rechts	Zhuan Shen You Deng Jiao

44		55	Vorwärtsgehen, abwehren, gegenhalten und zu stoßen	Jin Bu Ban Lan Chui
45		56	Wie versiegelt und verschlossen	Ru Feng Si Bi
46		57	Die Hände kreuzen	Shi Zi Shou
47			Der Leopard und der Tiger gehen zurück zum Berg	Bao Hu Gui Shan
	A	58	Der Leopard und der Tiger gehen zurück zum Berg	Bao Hu Gui Shan
	B-D	59	Den Spatzenschwanz fangen	Lan Que Wei
48		60	Die einfache Peitsche, diagonal	Xie Dan Bian
49			Die Mähne des Wildpferdes teilen, links und rechts	Zuo You Ye Ma Fen Zong
	A	61	Die Mähne des Wildpferdes teilen, rechts	You Ye Ma Fen Zong
	B	62	Die Mähne des Wildpferdes teilen, links	ZuoYeMa Fen Zong
	C	63	Die Mähne des Wildpferdes teilen, rechts	You Ye Ma Fen Zong
50		64	Den Spatzenschwanz fangen	Lan Que Wei
51		65	Die einfache Peitsche	Dan Bian
52			Die schöne Frau schleudert das Weberschiffchen	Yu Nü Chuan Suo
	A	66	Die schöne Frau schleudert das Weberschiffchen, links	Zuo Chuan Suo
	B	67	Die schöne Frau schleudert das Weberschiffchen, rechts	You Chuan Suo
	C	68	Die schöne Frau schleudert das Weberschiffchen, links	Zuo Chuan Suo
	D	69	Die schöne Frau schleudert das Weberschiffchen, rechts	You Chuan Suo
53		70	Den Spatzenschwanz fangen	Lan Que Wei
54		71	Die einfache Peitsche	Dan Bian
55		72	Wolkenhände	Yun Shou
56		73	Die einfache Peitsche	Dan Bian
57		74	Heruntersteigen (Diese Folge wird auch <i>Die Schlange kriecht herunter</i> genannt)	Xia Shi (<i>She Shen Xia Shi</i>)
58			Der goldene Hahn steht auf einem Bein	Jin Ji Du Li
	A	75	Der goldene Hahn steht auf einem Bein, links	Zuo Jin Ji Du Li
	B	76	Der goldene Hahn steht auf einem Bein, rechts	You Jin Ji Du Li
59			Rückwärts gehen und den Affen vertreiben, links und rechts	Zuo You Dao Nian Hou
	A	77	Rückwärts gehen und den Affen vertreiben, rechts	You Dao Nian Hou
	B	78	Rückwärts gehen und den Affen vertreiben, links	Zuo Dao Nian Hou
	C	79	Rückwärts gehen und den Affen vertreiben, rechts	You Dao Nian Hou
60		80	Fliegender Handschlag, diagonal	Xie Fei Shi
61		81	Die Arme heben	Ti Shou Shang Shi
62		82	Der weiße Kranich breitet seine Schwingen aus	Bai He Liaing Chi
63		83	Das Knie streifen, links	Zuo Lou Xi Ao Bu
64		84	Die Nadel auf dem Meeresboden	Hai Di Zhen
65		85	Die Arme wie einen Fächer ausbreiten	Shan Tong Bei
66		86	Sich umdrehen, Die weiße Schlange zeigt das Signal	Zhuan Shen Bai She Tu Xin
67		87	Vorwärtsgehen, abwehren, gegenhalten und zu stoßen	Jin Bu Ban Lan Chui
68		88	Vorwärtsgehen und den Spatzenschwanz fangen	Shang Bu Lan Que Wei
69		89	Die einfache Peitsche	Dan Bian
70		90	Wolkenhände	Yun Shou
71		91	Die einfache Peitsche	Dan Bian
72			Auf dem Pferd reiten und nach dem Weg fragen,	
			Mit der Hand zustechen	Gao Tan Ma Dai Chuan Zhang
	A	92	Auf dem Pferd reiten und nach dem Weg fragen	Gao Tan Ma
	B	93	Mit der linken Hand zustechen	Zuo Chuan Zhang
73		94	Sich umdrehen und das Bein kreuzen	Shi Zi Tui
74		95	Vorwärtsgehen und mit der Faust den Unterleib des Gegners schlagen	Jin Bu Zhi Dang Chui
75		96	Vorwärtsgehen und den Spatzenschwanz fangen	Shang Bu Lan Que Wei
76		97	Die einfache Peitsche	Dan Bian
77		98	Heruntersteigen	Xia Shi
78		99	Vorwärtsgehen und auf die sieben Sterne zielen	Shang Bu Qi Xing
79		100	Rückwärtsgehen und auf den Tiger steigen	Tui Bu Kua Hu
80		101	Eine ganze Drehung machen und den Fuß mit beiden Händen pendelnd schlagen	Zhuan Shen Bai Lian
81		102	Den Bogen spannen und den Tiger schießen	Wan Gong She Hu
82		103	Vorwärtsgehen, abwehren, gegenhalten und zustoßen	Jin Bu Ban Lan Chui
83		104	Wie versiegelt und verschlossen	Ru Feng SiBi
84		105	Die Hände kreuzen	Shi Zi Shou
85		106	Der Abschluß In manchen Schulen werden die letzten beiden Folgen Nr 84 und 85 zu einer einzigen Folge Nr 105 zusammengefasst und als Abschluß betrachtet	Shou Shi