

DVD	début	thème	N° mvt	contenu	type	acteurs	traduction	image	son	lieu et date	couleur
AYMT012	00:00:00	duan 2	26	le singe bat en retraite	explications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:02:36	duan 2	27	faire un pas, soulever un bras et frapper au coeur avec la paume	explications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:04:35	duan 2	53	se baisser et frapper le tigre	explications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:05:35	duan 2	54	se tourner et frapper le tigre	explications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:05:56	duan 2	19	enfourcher le tigre et gravir la montagne	applications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:06:33	général			explications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:06:39	duan 2		coup de coude	explications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:07:51	duan 2	43	faire un pas, caresser l'encolure du cheval	explications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:08:18	duan 2	43,44	coup de pied	explications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:09:42	duan 2	45	coup de talon	explications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:10:10	duan 2	46,47	ramasser le genou	explications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:10:21	duan 2	48	faire levier à droite	explications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:10:52	duan 2		comparaison lie et ban	explications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:11:39	duan 2	58,59,60,61,62	terrasser le tigre jusqu'à fin duan 2	explications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:14:54	duan 2		coup de talon et position des mains	explications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:16:58	duan 2	50	frapper par-dessous le coude	explications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:17:41	duan 2	58	terrasser le tigre	explications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:18:09	duan 2	56	le double vent perce les oreilles	explications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:19:40	duan 2		sur la force des coups, l'utilisation des points vitaux, action sur psychisme	explications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:25:33	duan 2		le serpent darde la langue	explications	WYN + Maryline	Maryline			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:26:23	neigong		importance de la respiration, neigong et respiration	conférence	WYN	Sabine			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:31:00	neigong		posture assise	conférence	WYN	Sabine			Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:36:47	épée Kunlun		épée+ « Petite Fleur » au basson	démo	Sabine + Bénou				Châtillon 89	bleue
AYMT012	00:47:48	neigong		baihui, huiyin, baishi, relations maître/disciple	conférence	WYN	Sabine			Châtillon 89	bleue
AYMT012	01:24:04	fin							inaudible		