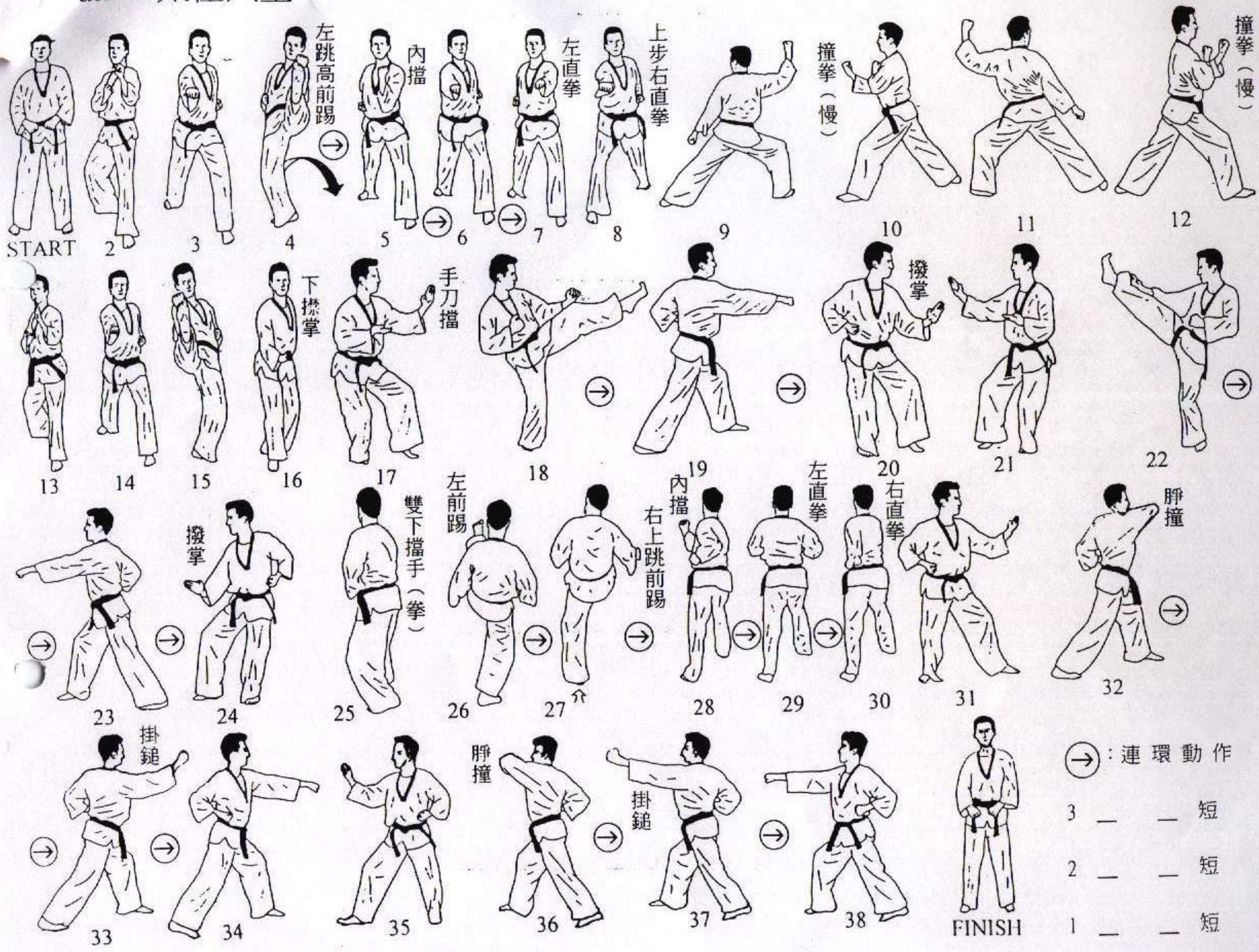
ak 8 太極八型


START
2
3
4 左跳高前踢
5 內擋
6
7 左直拳
8 上步右直拳
9
10 撞拳（慢）
11
12 撞拳（慢）
13
14
15
16 下撈掌
17 手刀擋
18
19
20 撥掌
21
22
23
24 撥掌
25 雙下擋手（拳）
26 左前踢
27
28 內擋
29 右上跳前踢
30 左直拳
31 右直拳
32 肘撞
33 掛鎚
34
35
36 肘撞
37 掛鎚
38
FINISH
：連環動作
3 _ _ 短
2 _ _ 短
1 _ _ 短