

楊家太極短棍

1	短棍起勢	20	玉女穿梭 (第四梭)	39	海底撈月
2	青龍出水	21	青龍出水	40	烏龍擺尾
3	泰山壓頂	22	右倒棍攆猴 (一)	41	倦鳥歸林
4	葉下取桃	23	右倒棍攆猴 (二)	42	左打虎
5	翻江倒海	24	右倒棍攆猴 (三)	43	右打虎
6	當頭棒喝	25	左倒棍攆猴 (一)	44	流星趕月 (一)
7	青龍出水	26	左倒棍攆猴 (二)	45	流星趕月 (二)
8	泰山壓頂	27	左倒棍攆猴	46	流星趕月 (三)
9	葉下取桃	28	撥草尋蛇	47	流星趕月 (四)
10	翻江倒海	29	野馬跳澗	48	燕子啣泥 (一)
11	當頭棒喝	30	左青龍探爪 (一)	49	燕子啣泥 (二)
12	棍前右腳	31	右鳳凰點頭 (一)	50	燕子啣泥 (三)
13	棍前左腳	32	左青龍探爪 (二)	51	燕子啣泥 (四)
14	玉女穿梭 (第一梭)	33	右鳳凰點頭 (二)	52	右順水推舟
15	青龍出水	34	左青龍探爪 (三)	53	左順水推舟
16	玉女穿梭 (第二梭)	35	右鳳凰點頭 (三)	54	前後點棍
17	青龍出水	36	左青龍探爪 (四)	55	懷中抱月
18	玉女穿梭 (第三梭)	37	右鳳凰點頭 (四)	56	短棍收勢
19	青龍出水	38	獅子搖頭		