

Pensums liste for Pachi Tanglang Norge:

Gult belte

拳譜 Chuan Pu:

- | | |
|--------------|-------------------------------------|
| 1. 十二字訣 | Shih Erh Tsu Chie |
| 2. 基本十二路拳 | Chipen Shih Erh Lu Chua |
| 3. 螳螂出洞拳 | Tanglang Tsu Dong |
| 4. 對練拆招螳螂出洞拳 | Tuei Ren Tso Tsao Tanglang Tsu Dong |
| 5. 力劈拳 | Lipi Chuan |
| 6. 對練領招力劈拳 | Tuei Ren Tso Tsao Lipi Chuan |

氣功 Chikung:

- | | |
|----------|-------------------|
| 7. 五勢舒氣法 | Wu Su Shu Chi Hua |
|----------|-------------------|

Orange Belte

拳譜 Chuan Pu:

- | | |
|-------------|--------------------------------------|
| 8. 小虎燕拳 | Hsiao Huyuen Chuan |
| 9. 對練領招小虎燕拳 | Tuei Ren Tso Tsao Hsiao Huyuen Chuan |
| 10. 小番車拳 | Hsiao Fan Che Chuan |

器械 - Chi Shie:

- | | |
|--------------|-------------------------|
| 11. 苗刀基本四路 | Miao Tao Chipen Su Lu |
| 12. 對練苗刀基本四路 | Tuei Ren Miao Tao Su Lu |

氣功 Chikung:

- | | |
|-----------|-----------------------|
| 13. 神勇八段錦 | Sun Yong Pa Tuan Chin |
|-----------|-----------------------|

Grønt belte

拳譜 Chuan Pu:

- | | |
|-------------|--------------------------------|
| 14. 插捶拳 | Cha Chuei Chuan |
| 15. 崩步拳 | Png Pu Chuan |
| 16. 對練領招崩步拳 | Tuei Ren Tso Tsao Png Pu Chuan |

器械 - Chi Shie:

- | | |
|-----------|-------------------|
| 17. 五虎攔門刀 | Wu Hu Lan Men Tao |
| 18. 瘋魔棍 | Hong Mo Kun |

氣功 Chikung:

- | | |
|-----------|-----------------------|
| 19. 排打淨身功 | Pai Ta Ching Sen Kong |
|-----------|-----------------------|



Pensums liste for Pachi Tanglang Norge:

Blåt belte

拳譜 Chuan Pu:

- 20. 螳螂手拳
- 21. 摘盔拳

Tanglang Shou Chuan
Cho Kuei Chuan

器械 - Chi Shie:

- 22. 空手奪刀
- 23. 黑虎槍
- 24. 螳螂青鋒劍

Kong Shou Tuo Tanta
Hei Hu Chiang
Tanglang Chin Fong Chien

Rødt belte

拳譜 Chuan Pu:

- 25. 大番車拳
- 26. 四路奔打拳
- 27. 梅花落拳

Ta Fan Che Chuan
Suh Liu Pen Ta Chuan
Mei Hu Lo Chuan

氣功 Chikung:

- 28. 十八羅漢功

Shih Pa Lohan Kong

Svart Belte

拳譜 Chuan Pu:

- 29. 攔截拳

Lan Che Chuan

器械 - Chi Shie:

- 30. 螳螂劍
- 31. 三節棍
- 32. 九節鞭
- 33. 螳螂扒棍

Tanglang Chien
San Che Kun
Chio Che Pen
Tanglang Pa Kun

