

LES TAOS

-Les Taos sont la base essentielle du kung-fu. Ils sont au kung-fu ce que sont les kata au karaté, un Tao est un combat imaginaire contre un ou plusieurs adversaires, c'est un enchaînement de mouvements.

-Chaque style de kung-fu possède ses propres Taos qui sont la démonstration des techniques apprises.

-Très spectaculaires, les Taos sont très puissants avec des frappes impressionnantes et des techniques de combat redoutables. Les Taos rentrent dans un ordre graduel, permettant une évolution progressive des pratiquants.

-Pour le passage de grades un ou plusieurs Taos doivent être effectués devant un jury.

-En compétition dite "technique" les Taos appris doivent être exécutés devant un jury. Les membres du jury notent selon plusieurs critères, l'aspect martial, la précision, la rapidité, l'équilibre, etc.

LE SALUT

-Dans le passé, en Chine le salut représentait une sécurité contre d'éventuels agresseurs.

En effet si vous connaissiez quelques techniques de Qin-na-shu (l'art des saisies et des clés), il était possible, en saisissant la main d'un individu pour le "saluer" de lui faire une clé ou une attaque par surprise.

Il permettait de reconnaître la famille et le style de l'adversaire. C'est pour cela que l'on salue à distance tout en restant poli sans risque de mauvaise surprise d'un agresseur.

Aujourd'hui, le salut fait partie de la pratique pour le respect de l'adversaire et du professeur.