

# 世界陳小旺太極拳總會香港分會

## 陳氏九式太極拳

1. 起勢
2. 金剛搗碓
3. 上三步
4. 左掩手肱拳
5. 雙推手
6. 倒捲肱
7. 閃通背
8. 右掩手肱拳
9. 收勢