

Grasping The Bird's Tail: Tai Chi Beginner Lesson.

Rising Crane Tai Chi Academy.



图54

图55

图56

图57



图58

图59

图60

图61



图62

图63

图64

图65



图66



图67



图68



图69



图70



图71



图72



图73



图74



图75



图76



图77



图78



图84



图85



图86



图87