吳式太極拳拳譜

北派方架83式

拳套 • 北派（王茂齋一系方架） • 83 式 • 版本 1.0
發布 2026-11-04 • 最後更新 2026-11-04 • US Letter

北派方架八十三式。王茂齋一系留守北平所傳，拳式方正開展，與南派圓架並列，是有「南吳北王」之稱的北半邊。

適合 習北派者，以及想比較南北兩派拳架異同的人。

留意 方架的轉換角度與南派圓架不同，照表練習時不要用圓架的習慣去改方架的方位。

如何使用本表

- 本表列出「北派方架83式」全部83式的動作名目與次序，可列印、可全文搜尋。
- 紙上的名目只解決「下一步是什麼」與「叫什麼名字」，不解決動作怎麼做。
- 校正身形、重心與勁路，仍需老師當面看過；本表是複習與對照之用。

相關頁面

套路與技法（全部拳譜）
www.wustylehk.com/zh-TW/learning/forms-and-techniques/

吳家五代傳承表
www.wustylehk.com/zh-TW/about-wu-style/lineage/

跨流派免費太極拳譜下載
taichiwuji.com

1. 太極起式
2. 攬雀尾
3. 斜單鞭
4. 提手上式
5. 白鶴亮翅
6. 摟膝拗步
7. 手揮琵琶
8. 上步搬攔捶
9. 如封似閉
10. 十字手
11. 抱虎歸山
12. 合掌攬雀尾
13. 斜單鞭
14. 肘底看捶
15. 倒攆猴
16. 斜飛式
17. 提手上式
18. 白鶴亮翅
19. 摟膝拗步
20. 海底針
21. 閃通背
22. 撇身捶
23. 卸步搬攔捶
24. 上步攬雀尾
25. 單鞭
26. 雲手
27. 單鞭
28. 高探馬
29. 左右分腳
30. 轉身蹬腳
31. 摟膝拗步
32. 進步栽捶
33. 反身撇身捶
34. 上步高探馬
35. 披身蹬腳
36. 打虎式
37. 轉身右蹬腿
38. 雙風貫耳
39. 轉身蹬腳
40. 摟膝拗步
41. 搬攔捶
42. 如封似閉

43 十字手
44 抱虎歸山
45 穿掌攬雀尾
46 斜單鞭
47 野馬分鬃
48 玉女穿梭
49 上步攬雀尾
50 單鞭
51 雲手
52 斜單鞭
53 下式
54 金雞獨立
55 倒攆猴
56 斜飛式
57 提手上式
58 白鶴亮翅
59 海底針
60 閃通背
61 撇身捶
62 上步搬攔捶
63 上步攬雀尾
64 單鞭
65 雲手
66 單鞭
67 迎面掌
68 單擺蓮
69 摟膝指襠捶
70 上步攬雀尾
71 斜單鞭
72 下式
73 上步七星
74 退步跨虎
75 轉身迎面掌
76 轉身雙擺蓮
77 彎弓射虎
78 上步搓絲捶
79 攬雀尾
80 反身單鞭
81 上步合掌攬雀尾
82 單鞭
83 合太極