

1	TUI	Schieben
2	MA	Ausstreichen / Streichen
3	SHU	Kämmen
4	YI ZHI CHAN	Ein-Finger-Technik / Meditation
5	NA	Greifen
6	NIE	Kneten / Kneifen
7	NIE JI	Hautkneifen / rollen über der Wirbelsäule
8	NIAN	„Twisten“
9	TAN JING	Sehnen zupfen
10	AN	Pressen, Drücken
11	DIAN	Punktuelles Drücken (Dian Xue)
12	QIA	Spitzes, tiefes Pressen
13	TAN-BO	Rutschen
14	MO	Reiben
15	MA	Wischen
16	ROU	Friktionieren (stationär kreisendes Pressen) Quirlen
17	CUO	Quirlen
18	GUN	Rollen
19	CA	Kräftiges Hin-und-Her Reiben
20	YAO	Rotation
21	BAN	(oder PAN) Gelenk-Mobilisation
22	BA SHEN	Ziehen Dehnen / Traktion
23	QU & SHEN	Beugen & Strecken
24	BEI	Aufladen des ganzen Körpers
25	ZHEN	Vibrieren
26	DOU	Schütteln
27	HUANG	«Schwingen»
28	JI	Starkes Klopfen
29	CHUI JI	Klopfen
30	HE ZHANG KOU JI	Klopfen mit den Fingerkanten
31	CE JI	Klopfen mit den Fingerkanten, alternierend
32	ZHUO JI	Picken mit fünf Fingerspitzen auf dem Punkt
33	PAI JI	Klatschen
34	TAN JI	«Spicken»
35	DIAN JI	Akupressur- Punkt beklopfen