

## DESCRIZIONE DELLA MANOVRA

**Zhuofa** 按法 **Manovra di percussione a «becco d'uccello»**

TRADUZIONE	Zhuo: beccare, Fa: metodo.
ALTRI NOMI	Anche questa manovra su alcuni testi viene denominata Koufa.
CATEGORIA	Manovre con prevalenza di ritmo/oscillazione (percussioni).
ESECUZIONE	La manovra consiste nel percuotere ritmicamente il punto da trattare con la punta delle cinque dita unite tra loro, nella posizione detta a «becco d'uccello» o «becco della gru». Il movimento parte dall'avambraccio e dal polso, che dev'essere rilassato, le dita sono unite ma non rigide. Appena si colpisce il punto la mano torna indietro, come se rimbalzasse sulla superficie; il movimento si accentua nella fase di ritorno, l'intenzione è nel «levare non nel battere». Si può effettuare con le due mani alternandole.
DOVE SI ESEGUE	Sui Punti, se eseguita con la giusta intensità su qualsiasi zona del corpo.
ERRORI COMUNI NELL'ESECUZIONE	Le dita non sono rilassate, il polso è rigido; la mano cade pesante.

ZHUOFA  
percussione a «becco d'uccello»DVD 1  
SCENA 24

## ESECUZIONE DELLA MANOVRA

con la punta di tutte  
le dita unite  
nella posizione  
a «becco d'uccello»

