

《八極拳秘訣》

图书基本信息

书名：《八極拳秘訣》

13位ISBN编号：9789576012914

10位ISBN编号：9576012910

出版社：五洲

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《八極拳秘訣》

內容概要

八極拳早期也有人稱八趟拳、八忌拳、八技拳、開門拳、開拳等名，但近時一般均稱八極拳軍中稱為莒拳。八極拳幾乎所有的各式擊法，一動作都可以點、打、摔、拿和推等方法，各種擊法均極奧妙。本書將單練與對練套路以圖片示範，以適應有志練習八極拳之同好，按圖學習，可以無需指導，即能練好。全書共分六章：

第一章：基本手型、步型及步法介紹 第二章：八極拳拳譜
第三章：八極拳單練動作名稱 第四章：八極拳單練動作說明 第五章：八極拳對練動作名稱
第六章：八極拳對練動作說明

《八極拳秘訣》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com