

《武当太极拳与盘手20法》

图书基本信息

书名：《武当太极拳与盘手20法》

13位ISBN编号：9787500921417

10位ISBN编号：7500921411

出版时间：2001-11

出版社：

作者：裴锡荣

页数：188

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

《武当太极拳与盘手20法》

内容概要

本书以简洁文字和插图，介绍了传统太极拳重要流派，武当太极拳的传统套路和盘手方法20种。

《武当太极拳与盘手20法》

作者简介

裴锡荣，祖籍河北，1913年生，汉族。中央国术馆第五期毕业。中国民主同盟盟员。上海侨界知识分子联谊会成员，上海董海川八卦掌研究会会长。中国气功科学研究会理事。中国体育气功研究会常务理事。历任江南大学体育系武术讲师。上海复旦大学体育工会武术教师。1978年担任上海徐汇区武术协会副主席兼总教练。1984年担任上海市气功科学研究会副理事长。

1988年，3月应邀参加新加坡“自然疗法学院”国际太极拳表演赛。同年10月应日本神户“太极拳学院”邀请去日本讲学40天。1992年随国家体委中国武术研究院组织的代表队去日本京都表演武术、气功。

主要编著有《中华武术词典》（撰稿人之一）《八卦掌》《秘宗拳》《武当武功》《八卦六十四散手》《武当气功述真》《五雷掌医疗气功》等武术、气功书籍二十余部。并主编《中华传统武术大观》丛书，为武术文化事业作出了贡献。

《武当太极拳与盘手20法》

书籍目录

武当太极拳 武当太极拳之渊源 武当太极拳 1.无极势 2.太极势 3.三花聚顶 4.马步推掌 5.单鞭势 6.怀中抱月 7.左右斜行拗步 8.如封似闭 9.左右玉女穿梭 10.左右棚势 11.摆莲腿 12.左右仆步穿掌 13.左右前云手 14.十字独立 15.双冲捶 16.穿掌独立 17.回龙掌 18.蹲身上步 19.左右玉女穿梭 20.转身野马分鬃 21.左蹬脚 22.单鞭势 23.云手势 24.下穿掌 25.击掌捶 26.左右棚掌 27.搬拦捶 28.如封似闭 29.转身开合势 30.右拦手 31.左拦手 32.左右劈掌 33.揽雀尾 34.上下击掌势 35.二仙传道 36.转身左右棚势 37.右拍脚 38.双峰贯耳 39.左蹬脚 40.转身右蹬脚 41.搬拦捶武当盘手20法

《武当太极拳与盘手20法》

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