

# 《精选吴式太极拳.剑》

## 图书基本信息

书名：《精选吴式太极拳.剑》

13位ISBN编号：9787538432992

10位ISBN编号：753843299X

出版时间：2006-5

出版社：第1版 (2006年5月1日)

作者：柳恩久

页数：128

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](http://www.tushu000.com)

# 《精选吴式太极拳·剑》

## 内容概要

“吴式太极拳剑”系中式拳架，实腿转换与重心腿合劲，斜中寓正，川字步型等吴式太极拳的特点，贯穿于全套路之中。同时改变传统套路中的重复式子多，俯身幅度大，偏向一方，缺少反方向走架的动作。故将六脚、四虎、五捶连接在一起形成六脚五捶四虎大联合，脚踢四面八方(四正与四隅)，拳走五行，土居中央(肘底看捶)，东(木)栽，西(金)撒，南(火)搬，北(水)指裆，五捶分布，各占一方。四虎连击，变化多端，布局合理，人人可练，妙趣横生，百练不厌。本书同时选人吴式传统太极剑《精简36式》，它实用价值高，造型独特、动作优美、观赏性强，人人可练。适于竞赛交流、表演，如在休闲时舞上一趟宝剑，会给生活增添莫大情趣。本书供广大太极拳爱好者，特别是在职工作人员，在工作之余仅在2平方米的场地上即可练习。

# 《精选吴式太极拳·剑》

## 作者简介

柳恩久，生于1922年9月，辽宁盘山人，1948年参加革命，1985年离休。现担任吉林省武术协会委员，吉林省武术协会太极拳分会名誉会长，北京市吴氏太极拳研究会名誉会长，国家一级武术裁判，中国武术七段，长春市武术协会副主席，长春市太极拳研究会会长。

为寻求武术真谛，涉足大江南北，访名师拜高友，辗转周折义无反顾。上世纪七十年代，经太极拳大师李经梧、李秉慈、翁福麒介绍，拜在太极拳宗师杨禹廷先生的师弟曹幼甫门下，并同时得到二位仙长的真传，成为吴式太极拳第四代传人。

二十世纪六十年代始，在长春市义务教授太极拳、太极剑、太极推手，四十余年，办各种学习班200余次，学员万余人，声名享誉春城，弟子遍及国内外。各授拳站点形成网络，并时常有外国友人登门求教。可谓桃李满天下。

在连任长春市和南关区太极拳研究会会长期间，曾参加长春市、吉林省、东北三省国内太极拳比赛。出任裁判员及裁判长等工作，由于成绩突出，受省、市、体总、武功多次奖励和表彰。2001年被吉林省体育总会、吉林省武术协会、长春市体育总会、长春市武术协会授予武术事业特殊贡献荣誉称号。并被聘为《中华太极人物志》顾问，同时被选入《中国专家人才库》、《中国民间武术家名典》。

柳恩久从事太极拳研究工作几十年，对太极拳理论与实践体会精深，虽年已过八旬，仍耳聪目明，思维敏捷，精神饱满，寒暑不避，习武不断，授拳不辍，笔耕不停，继续写书立说，为弘扬中华武术奋斗不息。

# 《精选吴式太极拳·剑》

## 书籍目录

太极拳理论原文选载循理练太极防身更健体吴式太极拳基本功法吴式原地太极拳精简吴式太极剑(三十六式)精简吴式太极剑精简吴式太极剑编写说明精简吴式太极剑图解持剑方法吴式太极拳传递系统

# 《精选吴式太极拳.剑》

## 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](http://www.tushu000.com)