

《杨派太极十三式》

图书基本信息

书名：《杨派太极十三式》

13位ISBN编号：9787500935766

10位ISBN编号：7500935765

出版时间：2009-7

出版社：人民体育

作者：张勇涛

页数：198

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

《杨派太极十三式》

内容概要

《杨派太极十三式--拳剑刀棍枪精练(附光盘)》内容：作者依据崔毅士先生传授的传统杨式太极拳、剑、刀、枪、棍套路为基础，结合自己习武五十余年的经验和体会，本着简便、易学、易练、易掌握的原则，对传统杨式太极拳系列中比较长的五种套路进行了精心选编，保留其传统杨式太极拳风格特点、练习方法和练功要点。

《杨派太极十三式》

作者简介

张勇涛，杨式太极拳第5代传人之一，武术七段，现任北京市武术运动协会副秘书长、北京杨式太极拳研究会副会长兼秘书长、国家武术一级裁判员。

祖籍河北邢台任县，出身武术世家。外祖父崔立志 / 毅士是杨式太极拳一代宗师杨澄甫入门弟子，是杨式太极拳第4代主要传人之一，中国著名杨式太极拳名家。母亲崔秀辰是北京杨式太极拳研究会首任会长。作者自幼随外祖父习武，勤学苦练，潜心钻研，秉承祖传，尽得杨式太极拳械之真谛。

从20世纪60年代起，参加北京市和全国太极拳比赛，取得了优异成绩。1963年曾荣获北京市武术比赛少年组第一名；1978—1980年曾连续3届荣获北京市武术比赛太极拳、太极刀第一名；1987年荣获全国太极拳、剑、推手锦标赛剑术第三名；1991年荣获北京市传统武术比赛太极刀第一名；1992年荣获北京市传统武术比赛太极拳第一名。

继承前辈衣钵，专心致力杨式太极拳的普及和推广工作，多年来坚持在北京中山公园教授杨式太极拳。1997、1998年和2000年3次应邀赴日本教授杨式太极拳。1998年10月协助中国武术研究院、国家武术运动管理中心和北京武术院，在天安门广场组织万人太极拳表演，并参加了杨式太极拳方阵的表演。1999年5月在北京天坛公园协助北京市体委、北京市武协、北京武术院成功地组织了万人太极拳全民健身活动表演。2002年8月协助国家武术运动管理中心和北京武术院，在天坛公园组织了中、日、韩大型太极拳集体演示，并作为五式太极拳名家表演了杨式太极拳。曾出版《简化杨式太极拳》《传统太极拳、剑养生24式》《杨式太极拳及其防身应用》《杨式太极剑》等多部武术专著，并录制了《传统杨式太极拳126式》《传统杨式太极剑51式》《传统杨式太极刀》等系列教学片。

《杨派太极十三式》

书籍目录

一、杨派太极拳十三式精练 (一)杨派太极拳十三式简介 (二)杨派太极拳十三式简谱 (三)杨派太极十三式文字说明 (四)杨派太极拳十三式动作图解 (五)杨派太极拳十三式连续动作图二、杨派太极剑十三式精练 (一)杨派太极剑十三式简介 (二)杨派太极剑十三式简谱 (三)杨派太极剑十三式动作图解 (四)杨派太极剑十三式连续动作图三、杨派太极刀十三式精练 (一)杨派太极刀十三式简介 (二)杨派太极刀十三式简谱 (三)杨派太极刀十三式动作图解 (四)杨派太极刀十三式连续动作图四、杨派太极棍十三式精练 (一)杨派太极棍十三式简介 (二)杨派太极棍十三式简谱 (三)杨派太极棍十三式动作图解 (四)杨派太极棍十三式连续动作图五、杨派太极枪十三式精练 (一)杨派太极枪十三式简介 (二)杨派太极枪十三式简谱 (三)杨派太极枪十三式动作图解 (四)杨派太极枪十三式连续动作图

《杨派太极十三式》

编辑推荐

笔者依据崔毅士先生传授的传统杨式太极拳、剑、刀、枪、棍套路为基础，结合自己习武五十余年的经验和体会，本着简便、易学、易练、易掌握的原则，对传统杨式太极拳系列中比较长的五种套路进行了精心选编，保留其传统杨式太极拳风格特点、练习方法和练功要点。选编的杨派太极十三式拳、剑、刀、棍、枪精练系列套路，既编排合理，又简单易学，并有效地缩短了练习时间，能让初学者轻松地迈进太极拳健身殿堂。此外，十三式系列精练套路风格各异，不同的爱好者都能从中找到适合自己的锻炼项目。

《杨派太极十三式》

精彩短评

- 1、给妈妈买的，不知道她练了没有
- 2、是全新的 杨氏太极拳十三式精炼、杨氏太极剑十三式精炼、杨氏太极刀十三式精炼、杨氏太极棍十三式精炼、杨氏太极枪十三式精炼 适合不爱练大套路的人
- 3、不错，喜欢。不错，喜欢。

《杨派太极十三式》

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