

《咏春拳黏手与散打》

图书基本信息

书名：《咏春拳黏手与散打》

13位ISBN编号：9787537734400

10位ISBN编号：7537734402

出版时间：2009-6

出版社：山西科技

作者：韩广玖

页数：206

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

《咏春拳黏手与散打》

内容概要

《咏春拳黏手与散打》是《咏春拳》系列书的续三集，书中介绍了咏春拳黏手的学习与训练的方法，并且还列举了其在散打中应用（化拆）的实例。书中文字通俗易懂，并配有600幅示范围，易于读者学习与理解。《咏春拳黏手与散打》是一本学习和了解咏春拳黏手的入门书。

《咏春拳黏手与散打》

作者简介

韩广玖，1956年出生于广州，自幼随父习武，16岁从名师谭迪修蔡李佛拳，20岁参军入伍并在边防部队磨练多年，20世纪80年代，先后师从咏春拳(梁赞派系)嫡传八代传人彭南及佛山太极宗师区荣钜研习咏春拳及杨式太极、六合八法等拳术，同时专注于南派武术的系统研究并卓有成效，是中国武术段位五段武师，佛山武术协会理事。曾任广东省佛山市精武体育会第23、24界理事，佛山市咏春活动中心副主任。

韩广玖先生视研究和弘扬中华武术为毕生事业，不仅为此传艺授徒，还注重深入生活，博取各家之长，突破传统地域的限制，结合实际变通创新，逐步形成自己独特的技艺风格，并提笔整理撰编武术专著。已先后出版了《罗汉伏虎拳》、《蝴蝶双掌与蝴蝶双刀》、《铁弓三线拳与行者棍》和《五形拳与十八缨枪》等多部南少林武术书籍，丰富和充实了中国传统武术理论思想宝库，为海内外武术爱好者提供了重要的参考资料，深受海内外武术爱好者的青睐。

《咏春拳黏手与散打》

书籍目录

咏春拳黏手的特点咏春拳黏手的基本要求 一、开钳阳马 二、日字冲拳 三、日字冲拳和抢中训练 四、摊桥手与三星拳对练 五、侧身拳 六、偏身接招变拳 七、逼步和移马 八、站桩法 九、咏春人体“四门” 十、对敌位置的站法 十一、掌握中线防卫法单黏手训练一、初级定式三式训练二、单黏手单人单式训练三、双人双式训练 四、单黏手十六式手法训练 五、双人黏手定式手法训练不定式黏手训练 一、摊手系列 二、摊膀手转膀手系列 三、耕拦手系列 四、伏手系列 五、标指系列 六、挂拳系列 七、肘膝系列 八、横拍打(掌)系列 九、掌打系列 十、割手(伏手)系列 十一、擒拿摔打系列 十二、脚法系列 十三、内外帘防守系列 十四、多种手法系列 十五、双黏手系列

《咏春拳黏手与散打》

精彩短评

- 1、武师不专业
- 2、东西真得很不错呀！希望有想学的人认真读。
- 3、无论书中表达和影碟上的示范都太假了。所有的示范都是把对手当做木头人。大哥，你实战过没有啊！？
- 4、咏春拳黏手与散打
- 5、实战精华
- 6、书名气的部错，

《咏春拳黏手与散打》

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