

# 《少林寺拳谱》

## 图书基本信息

书名：《少林寺拳谱》

13位ISBN编号：9787215060708

10位ISBN编号：7215060705

出版时间：2007-1

出版社：河南人民出版社

作者：释永信

页数：66

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)

# 《少林寺拳谱》

## 前言

少林寺武术文化博大精深，是世界文化遗产。少林功夫拳械套路繁多，但都流传有序。目前存在少林功夫套路练习不统一的问题，给训练和竞赛都造成了一定的困难。这不排除以讹传讹的过错。挖掘、整理、统一、规范少林功夫拳械套路是少林寺义不容辞的责任。我寺组织人员，首先是对僧俗弟子及社会上的老拳师调查访问，对少林寺遗留下来的拳械套路进行挖掘整理。2002年我寺又组织专业人员成立了少林武术工作室，对少林功夫套路进行专业的整理、统一、规范。为今后的少林功夫教学打下了良好的基础。这些套路是一千多年来，我寺僧人世代演习的套路。所谓套路就是人们在长期的演习中，逐渐择其确切能实用的招势编为定式，以便人们更好地练习。套路之重要可见一斑。《少林寺拳谱》将陆续出版少林寺流传下来的传统套路，这些套路是少林寺的真传，可以作为习少林功夫者的标准教材，为今后少林功夫套路竞赛及竞赛规则的制订打下了基础。新书出版，我祈祷少林功夫造福于人们，人人都有一个强健的体魄。阿弥陀佛。

# 《少林寺拳谱》

## 内容概要

《少林寺拳谱:小洪拳》内容简介：少林功夫拳械套路繁多，但都流传有序。目前存在少林功夫套路练习不统一的问题，给训练和竞赛都造成了一定的困难。这不排除以讹传讹的过错。挖掘、整理、统一、规范少林功夫拳械套路是少林寺义不容辞的责任。我寺组织人员，首先是对僧俗弟子及社会上的老拳师调查访问，对少林寺遗留下来的拳械套路进行挖掘整理。2002年我寺又组织专业人员成立了少林武术工作室，对少林功夫套路进行专业的整理、统一、规范。为今后的少林功夫教学打下了良好的基础。这些套路是一千多年来，我寺僧人世代演习的套路。所谓套路就是人们在长期的演习中，逐渐择其确切能实用的招势编为定式，以便人们更好地练习。套路之重要可见一斑。

# 《少林寺拳谱》

书籍目录

前言正文编后

# 《少林寺拳谱》

## 章节摘录

插图：Now having turned his torso left 90, straightened his right leg, and pulled his left leg forward for landing his left foot parallel to but a step away from his right foot, he flicks his left foot vertically upward in a kick with both his left leg and his left instep stretched level and rotates his right forearm clockwise before he retracts his right palm to the right side of his waist with his right palm facing upward. Synchronously with his act of retracting his right palm, he protrudes his left palm from beside his waist, lets his left palm travel obliquely upward to pass over his retracting right palm, and targets his left palm at his left instep for the purpose of slapping his left instep with his left palm right in front of his chest. Thus his left palm moves to approach his left instep in time for executing the hitting. He looks ahead. ( fig. 48 )

# 《少林寺拳谱》

## 编辑推荐

《少林寺拳谱:小洪拳》是由河南人民出版社出版的。

# 《少林寺拳谱》

## 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)