

# 《雁尾单折刀》

## 图书基本信息

书名：《雁尾单折刀》

13位ISBN编号：9787204010585

10位ISBN编号：7204010582

出版时间：2008-5

出版社：内蒙古人民出版社

页数：172

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)

# 《雁尾单折刀》

## 内容概要

《雁尾单折刀》主要内容：雁尾单折刀，因其不用时收起，形如大雁之尾部，故名。雁尾单折刀共有三十六个架子（“加花”及辅助动作除外）；其架既能变大又可缩小，既能拉急又能成缓，并且宜攻善守。变化无穷。故：《功家秘法宝藏》卷五《雁尾单折刀图说》中载曰：“雁尾出势一条枪，七星绞手把内缠；……任伊千变万化来，玩起雁尾态安然。”雁尾单折刀的刀法，刀刀属绝技。大凡遭其一招，“无可避之，立中仆地”。故邓钟山先生称其为“行侠之必备刀法”。

# 《雁尾单折刀》

## 作者简介

范克平，1955年2月24习生于浙江杭州。祖籍山东寿光。家庭出身革命军人。1971年2月拜旧时国立南京中央国术馆一等教习罗玉学练传统武术（拳术与兵器）；1973年春经解放军南京军区副司令员兼中共安徽省委第一书记钱钧将军亲自推荐，拜武当派太和门第十二代传艺先生、旧时国立南京中央国术馆执行董事兼顾问李松如学文习武达10年整，从而掌握了内家武当派软、硬、轻功与特绝技四大功种的全盘完整功法及拳术兵器、本草采集、伤科诊疗等一系列的武艺精华。1981年初，南京市拟恢复市级武术运动协会。范克不以其文武兼备的特长从众多的侯选人中脱颖而出名列第一，从而被直接调入南京市体委机关工作并主管该市武术协会。1988年到1992年，范克平先后在中国、日本国的多家出版社正式出版过个人专著44本与教学类录像带、碟片14件（盒）。新华社曾为范克平发过7次专稿；《人民日报海外版》、中央人民广播电台、《中国日报》、《瞭望周刊海外版》、《中国体育报》、《美州华侨日报》等100余家中、外报刊为其发过人物专访（介绍）。范克平现为南京中华传统武术产业集团董事长兼总经理、南京将军书画院院长、南京太和门装饰工程有限公司董事长兼总经理并兼任南京新河文化艺术中心顾问等职。

# 《雁尾单折刀》

## 书籍目录

序前言上篇 基本功演练精图秘说 腰基本功第一前俯腰精图秘说之一 腰基本功第一左俯腰精图秘说之二 腰基本功第一右俯腰精图秘说之三 腰基本功第一摆腰精图秘说之四 腰基本功第一旋腰备架精图秘说之五 腰基本功第一旋腰右转精图秘说之六 腰基本功第一旋腰后转精图秘说之七 腰基本功第一旋腰仰转精图秘说之八 腰基本功第一旋腰左转精图秘说之九 腰基本功第一旋腰前转精图秘说之十 腰基本功一下腰精图秘说之十一 腰基本功一吊腰精图秘说之十二 腰基本功一磨腰精图秘说之十三 腿基本功第二正压腿精图秘说之一 腿基本功第二侧压腿精图秘说之二 腿基本功第二反压腿精图秘说之三 腿基本功第二正俯腿精图秘说之四 腿基本功第二侧俯腿精图秘说之五 腿基本功第二反俯腿精图秘说之六 腿基本功第二侧抱腿精图秘说之七 腿基本功第二正搬腿精图秘说之八 腿基本功第二侧搬腿精图秘说之九 腿基本功第二反搬腿精图秘说之十 腿基本功第二十字半劈腿精图秘说之十一 腿基本功第二一字半劈腿精图秘说之十二 腿基本功第二支架十字叉精图秘说之十三 腿基本功第二支架一字叉精图秘说之十四 腿基本功第二十字全叉精图秘说之十五 腿基本功第二一字全叉精图秘说之十六 腿基本功第二垂腰十字叉精图秘说之十七 腿基本功第二俯腰一字叉精图秘说之十八 腿基本功第二正撕腿精图秘说之十九 腿基本功第二侧撕腿精图秘说之二十 腿基本功第二贴地一字耗腿精图秘说之二十一 腿基本功第二悬十字耗腿精图秘说之二十二 腿基本功第二悬一字耗腿精图秘说之二十三 腿基本功第二正支子耗腿精图秘说之二十四 腿基本功第二侧支子耗腿精图秘说之二十五 腿基本功第二反支子耗腿精图秘说之二十六 腿基本功第二正踢腿精图秘说之二十七 腿基本功第二侧踢腿精图秘说之二十八 腿基本功第二斜挂腿精图秘说之二十九 腿基本功第二外摆腿精图秘说之三十 腿基本功第二里合腿精图秘说之三十一 腿基本功第二侧踢腿精图秘说之三十二 腿基本功第二转精图秘说之三十三 腿基本功第二单飞脚精图秘说之三十四 腿基本功第二双飞脚精图秘说之三十五 腿基本功第二旋风脚精图秘说之三十六 腿基本功第二二起脚精图秘说之三十七 腿基本功第二撩踢脚精图秘说之三十八 腿基本功第二飞摆腿精图秘说之三十九 桩基本功第三骑马步精图秘说之一 桩基本功第三左弓步精图秘说之二 桩基本功第三右弓步精图秘说之三 桩基本功第三左虚步精图秘说之四 桩基本功第三右虚步精图秘说之五 桩基本功第三左歇步精图秘说之六 桩基本功第三右歇步精图秘说之七 桩基本功第三左仆步精图秘说之八 桩基本功第三右仆步精图秘说之九 鼎基本功第四佐助墙倒立精图秘说之一 鼎基本功第四靠墙倒立精图秘说之二 鼎基本功第四佐助手倒立精图秘说之三 鼎基本功第四手倒立精图秘说之四 鼎基本功第四独手立精图秘说之五 上盘诸法第五八字掌精图秘说之一 上盘诸法第五分指掌精图秘说之二 上盘诸法第五并指拳精图秘说之三 上盘诸法第五封眼拳精图秘说之四 上盘诸法第五柳叶掌精图秘说之五 上盘诸法第五镖形手精图秘说之六 上盘诸法第五雕勾精图秘说之七 上盘诸法第五梅花勾精图秘说之八 上盘诸法第五扣指掌精图秘说之九 上盘诸法第五空心拳精图秘说之十 上盘诸法第五攀花手精图秘说之十一 上盘诸法第五剑指精图秘说之十二 上盘诸法第五前冲拳精图秘说之十三 上盘诸法第五前推掌精图秘说之十四 下盘诸法第六燕抄水精图秘说之一 下盘诸法第六鹰翻身精图秘说之二 下盘诸法第六丁步精图秘说之三 下盘诸法第六提膝精图秘说之四 下盘诸法第六正弹腿精图秘说之五 下盘诸法第六正踢脚精图秘说之六 下盘诸法第六正蹬脚精图秘说之七 下盘诸法第六侧铲脚精图秘说之八 下盘诸法第六横踹脚精图秘说之九 下盘诸法第六前扫腿精图秘说之十 下盘诸法第六后扫腿精图秘说之十一 下盘诸法第六腾身击脚精图秘说之十二 下盘诸法第六外拐脚精图秘说之十三 三盘混炼第七拱手精图秘说之一 三盘混炼第七钦手精图秘说之二 三盘混炼第七穿掌精图秘说之三 三盘混炼第七架臂精图秘说之四 三盘混炼第七叉掌精图秘说之五 三盘混炼第七冲天拳精图秘说之六 三盘混炼第七栽地拳精图秘说之七 三盘混炼第七搂手精图秘说之八 三盘混炼第七绕臂精图秘说之九 三盘混炼第七下搁臂精图秘说之十 三盘混炼第七解敌踢脚拍法精图秘说之十一 三盘混炼第七解敌踢脚砸法精图秘说之十二 三盘混炼第七解敌踢脚撞法精图秘说之十三 三盘混炼第七解敌冲拳刁法精图秘说之十四 三盘混炼第七解敌砍掌挡法精图秘说之十五 三盘混炼第七解敌踹脚精图秘说之十六 三盘混炼第七解敌蹬脚精图秘说之十七 三盘混炼第七金丝绞腕精图秘说之十八 三盘混炼第七湘子挎篮精图秘说之十九 下篇 行械演练精图秘说 雁尾单折刀摆放图示之一 弯弓捕羊式之二 七星绞手式之三 白鹤亮翅式之四 娇娥抖花式之五 童子献花式之六 夜叉捉襟式之七 童子封门式之八 童子关窗式之九 蜜蜂回巢式之十 分水进舟式之十一 童子挑帘式之十二 青龙出水式之十三 钱钹戏喉式之十四 回马斩将式之十五 勒马提缰式之十六 寒雀登枝式之十七 弯弓取物式之十八 顺风扬旗式之十九 黄莺卡嗒式之二十 狮子摇头式之二十一 海底取宝式之二十二 童子献宝式之二十三 勒马观阵式之二十四 仙人指路式之二十五 怀中抱月式之二十六 仙人起身式之二十七 脚踏玉柱式之二十八 金钹送客式之二十九 拨草寻蛇式之三十 天地贯通式之三十一 童子献果式之三十二 蛟龙下海式之

## 《雁尾单折刀》

三十三 拦门插门式之三十四 迎风摘柳式之三十五 斜身披红式之三十六 倒插莲花式之三十七 顺水送舟式之三十八 蝴蝶双飞式之三十九 童子扬花式之四十 奔马追食式之四十一 狮子摇头式之四十二 分水扬花式之四十三 回头看海式之四十四 一提千斤式之四十五 凤凰展翅式之四十六 童子踢球式之四十七 道祖脱靴式之四十八 仙人睡觉式之四十九 金鸡上架式之五十 玉女藏花式之五十一 玉女送花式之五十二 抽刀隔水式之五十三 童子回观式之五十四后记

# 《雁尾单折刀》

## 章节摘录

插图：

# 《雁尾单折刀》

## 编辑推荐

《雁尾单折刀》将介绍：中华武术绝学，全盘完整武功秘笈。武当嫡派功夫真传图说《功家秘法宝藏》！明清宫廷侍卫教本！民国中央国术馆全体生员必修科目！一套嫡派单传武功秘籍，隐踪五百五十年之后，今朝脱颖而出！

## 《雁尾单折刀》

### 精彩短评

- 1、雁尾单折刀的刀法，刀刀属绝技，所以练成很难。
- 2、一本彻头彻尾的伪书，太幼儿园了话了，武术动作图示衔接不好，几个空手动作下来，突然手里又拿着器械，书中三分之二所陈述的内容，只是一些基本功，堂堂的武当派就这些功夫也赶出来卖弄吗？收起这本书吧，别在骗人了
- 3、帮朋友买的 据说不错

# 《雁尾单折刀》

## 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)