

《青龙偃月刀-功家秘法宝藏 卷五》

图书基本信息

书名：《青龙偃月刀-功家秘法宝藏 卷五 拳法兵器》

13位ISBN编号：9787204010530

10位ISBN编号：7204010531

出版时间：2008-5

出版社：内蒙古人民出版社

页数：178

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

《青龙偃月刀-功家秘法宝藏 卷五》

内容概要

《青龙偃月刀-功家秘法宝藏 卷五》

作者简介

范克平，1955年2月24日生于浙江杭州。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。范克平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。

《青龙偃月刀-功家秘法宝藏 卷五》

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删窗法精图秘说之十一 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 三盘混陈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 立刀守门式之一 云长托刀式之二 力举千钧式之三 骑马亮刀式之四 秋蝉脱壳式之五 怀中抱月式之六 朝天柱香式之七 斩草断根式之八 怀中抱月式之九 翻江倒海式之十 顺风拂柳式之十一 偃月断玉式之十二 迎风使扇式之十三 仙人披挂式之十四 青龙撞顶式之十五 乌龙摆尾式之十六 云长送客式之十七 走马撒刀式之十八 回马拖刀式之十九 云长出征式之二十 横扫千军式之二十一 青龙缠腕式之二十二 仙姑提篮式之二十三 黄龙吐水式之二十四 云长挑巾式之二十五 一提千斤式之二十六 劈刀斩将式之二十七 铁拐蹬炉式之二十八 朝天扬沙式之二十九 落地生根式之三十 脚踏山门式之三十一 朝天柱香式之三十二 七星衬刀式之三十三 右

《青龙偃月刀-功家秘法宝藏 卷五》

侧盘刀式之三十四 左侧盘刀式之三十五 云长嵌刀式之三十六 蝴蝶绕花式之三十七 云长抽刀式之三十八 跨马摇刀式之三十九 笞帚扫地式之四十 云长拜兄式之四十一 回身拍鞍式之四十二 骑马横刀式之四十三 飞马横刀式之四十四 仆人推磨式之四十五 一提千斤式之四十六 摇桨扬帆式之四十七 道童插香式之四十八 古树盘根式之四十九 毒龙入洞式之五十 道童拜祖式之五十一 勒马过沼式之五十二 天王托塔式样之五十三 道祖睡觉式之五十四 狮子打滚式之五十五 海底取宝式之五十六 朝天燃香式之五十七 回马叫将式之五十八 奔马撩蹄式之五十九 云长收兵式之六十后记

《青龙偃月刀-功家秘法宝藏 卷五》

章节摘录

插图：

《青龙偃月刀-功家秘法宝藏 卷五》

编辑推荐

《青龙偃月刀-功家秘法宝藏 卷五》

精彩短评

- 1、 难得的一部好书
- 2、 这是图文并茂，难以一得的好书，通俗易懂，又颇有情趣。是练功的好范本。值得一看。
- 3、 图文并茂 是一本值得一读的武林秘籍 看来以后要买把青龙偃月刀修炼了
- 4、 好刀法，可用72斤以上大刀练习内劲。
- 5、 文笔不好。
- 6、 书好啊！不仅有演练前的准备动作，而且图画直观清晰。

《青龙偃月刀-功家秘法宝藏 卷五》

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