

<<形意拳术大全>>

图书基本信息

书名：<<形意拳术大全>>

13位ISBN编号：9787203038412

10位ISBN编号：7203038416

出版时间：2000-4

出版时间：山西人民出版社

作者：程素仁

页数：429

字数：296000

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：<http://www.tushu007.com>

<<形意拳术大全>>

内容概要

《形意拳术大全》一书，论述了自山西永济人姬际可创立心意六合拳以来的种种传说，通过对诸多历史文献的考证，以大量的事实为依据，阐述了旧传中“托神名以示拳贵”的社会背景和历史原因，澄清了许多误传，再现了历史的本来面目。

书中既有明确的论点，又有充分的历史依据。

拳理、拳法方面的论述，有理有据，浅显易懂，既有继承，又有创新。

更为突出的是，书中全面、系统地介绍了传统形意入门拳——十二路形意弹腿，形意基本功——三体式桩功，形意基本拳——五行、十二形拳，形意单练套路6个，形意对练套路10个，以及形意拳技法——十五打法，七十二技法的具体应用方法，可称得上是一部集形意拳大成之作。

<<形意拳术大全>>

书籍目录

序前言第一章 形意拳概论 第一节 历史源流 第二节 拳理、拳法第二章 形意拳入门 第一节 三体式桩功 第二节 形意弹腿第三章 基本拳式 第一节 五行拳 第二节 十二形拳第四章 形意单练套路 第一节 六合拳 第二节 进退连环 第三节 鸡形四把 第四节 八势拳 第五节 杂势捶 第六节 形意连拳第五章 形意对练套路 第一节 五花炮 第二节 九拳 第三节 五踩六捶 第四节 五行炮 第五节 挨身炮 第六节 连环手 第七节 九套环 第八节 十二连捶 第九节 劈捶 第十节 十六把第六章 形意拳技法 第一节 攻防要道 第二节 实用技法附录后记再版后记

<<形意拳术大全>>

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:<http://www.tushu007.com>