

<<四门拦把枪>>

图书基本信息

书名：<<四门拦把枪>>

13位ISBN编号：9787204010486

10位ISBN编号：7204010485

出版时间：2008-5

出版时间：内蒙古人民出版社

作者：范克平，范冠华 译著

页数：170

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>

## <<四门拦把枪>>

### 内容概要

四门拦把枪，因其在与敌家较技的观阵中立出四个“金鸡独立”的门户并且令手中之枪作出上、下、左、右、前、后横竖拦法，故名。

四门拦把枪共有十六个适于进攻和防守的主要架子（“加花”及辅助动作除外），该架均须进行上盘、中盘、下盘的分盘演练。

故《功家秘法宝藏》卷五《四门拦把枪》中载曰：“四门枪法，专扎三盘，一盘取上，二盘居中，三盘探下。

四门枪法，专护三盘，一盘绞上，二盘遮中，三盘拨下。

”四把拦把枪在平常的演练时摆出“大架”（大开大合），而在与敌较技时则使出“中架”（不大不小，适当拉开架子）。

四门拦把自雁门神形枪中摘出。

故李松如云：“四门拦把枪，乃邓钟山老先生游侠三省，与敌较技中悟出。

其架皆出自邓氏家门之雁门神形枪法埃。

”

## <<四门拦把枪>>

### 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候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。

## &lt;&lt;四门拦把枪&gt;&gt;

## 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 腰基本功第一下腰精图秘说之十一 腰基本功第一吊腰精图秘说之十二 腰基本功第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蹠图秘说之十五 三盘混炼第七解敌端脚精图秘说之十六 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 金枪立门式之一 白鹤引颈式之二 仙人指路式之三 怀中抱月式之四 斑虎抱头式之五 顺风扯旗式之六 拔草寻蛇式之七 金矢穿喉式之八 旱地插葱式之九 朝天柱香式之十 蝴蝶穿花式之十一 倒戳金枪式之十二 倒拔垂柳式之十三 金矢脱手式之十四 夜叉捉鳖式之十

<<四门拦把枪>>

五 倒拖金枪式之十六 伸手捕鳖式之十七 力提千钧式之十八 回马放鞭式之十九 仙人背剑式之二十 单手推门式之二十一 风车招摇式之二十二 横栓拦门式之二十三 缨枪迎敌式之二十四 朝天一针式之二十五 白龙卧地式之二十六 金鸡独立式之二十七 倒挑草垛式之二十八 古树盘根式之二十九 支起流矢式之三十 前哨支旗式之三十一 朝天柱香式之三十二 金枪穿喉式之三十三 红猿取果式之三十三四 青龙出水式之三十五 玉女穿梭式之三十六 灵猫上树式之三十七 流星赶月式之三十八 脱手流矢式之三十九 风车旋转式之四十 朝天柱香式之四十一 仙人背剑式之四十二 寒雀蹲梅式之四十三 顽童踢球式之四十四 勒马提缰式之四十五 苍龙摆尾式之四十六 回马送枪式之四十七 反踢金枪式之四十八 回头望月式之四十九 龙宫取宝式之五十 虾兵看门式之五十一后记

<<四门拦把枪>>

章节摘录

插图：

<<四门拦把枪>>

编辑推荐

<<四门拦把枪>>

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>