

<<少林寺拳谱>>

图书基本信息

书名：<<少林寺拳谱>>

13位ISBN编号：9787215064423

10位ISBN编号：7215064425

出版时间：2008-4

出版时间：河南人民出版社

作者：释永信 编

页数：87

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>

<<少林寺拳谱>>

内容概要

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。

《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。

本书介绍的是三路罗汉拳，三路罗汉拳乃少林寺拳谱中的一个套路。

其拳法独到，刚阳有力，合理地利用腿、肘和身的配合，攻上防下，打左防右，虚实并用，攻防兼备。

练习时每个动作都要做到，眼到手到，眼随招进。

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