

<<杜飞虎自然门内功搏击术>>

图书基本信息

书名：<<杜飞虎自然门内功搏击术>>

13位ISBN编号：9787500931591

10位ISBN编号：750093159X

出版时间：2007-9

出版时间：人民体育出版社

作者：黄俊新

页数：208

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>

<<杜飞虎自然门内功搏击术>>

内容概要

武术，中华民族优秀传统文化的瑰宝，人类历史上最悠久的运动项目。
一人习武，可以强身健体，陶冶情操；万人习武，则可振奋民族精神，强族强国。
古有武林高手十三棍僧，技艺非凡，勇救秦王李世民，方有盛唐之开端；近有明之武将戚继光，文韬武略，抗击倭寇，方有社稷的一方安宁；再近者有“南北大侠”、自然门一代宗师杜心五保卫民主革命先驱--“国父”孙中山，为生民立命奔走操劳，方有近代民主共和制之建立。
共和国名将贺龙、许世友等文武兼备，雄才大略，为新中国的成立立下了汗马功劳！
由此可见，无论是古代还是现代，武术都有其独特的魅力，不愧是珍贵的人类文化遗产！

<<杜飞虎自然门内功搏击术>>

作者简介

黄俊新，男，1977年12月出生于江苏泰兴。
从小爱武入迷，读书时就收集各种武术书籍并刻苦学习。
由于从小锻炼身体，18岁时光荣地参加了中国人民解放军。
在部队坚持锻炼，多次参加函授杜飞虎自然门功夫，并诚心诚意邀请杜飞虎大师到93176部队讲学传功。

黄俊新尊师重道，品德高尚，练功刻苦，悟性颇高。
他多年不回家探亲，而是利用假期到杜飞虎自然门训练基地拜师学艺。
他的诚意与意志感动了杜飞虎老师，深受师父喜爱，并收为入室弟子，全面传授了自然门功法、套路、兵器、暗器、点穴、快腿等实战搏击术。
多年来，他潜心钻研武学内涵，伏案笔耕，先后在各种武术刊物上发表论文数十篇。
他事业心强，成绩优秀，多次受到部队记功表扬，并由部队重点培养进军校，不到30岁就担任了营长职务，是所在部队最年轻、最有活力的干部之一。
他的事迹已在《解放军报》《大连日报》《中国体育报》上作了多次报道。

<<杜飞虎自然门内功搏击术>>

书籍目录

第一章 自然门内功要旨一、松论二、匀论三、静论四、柔论五、慢论六、定论七、整论八、圆论九、意论十、气论十一、劲论十二、神论十三、呼吸论十四、气沉丹田论第二章 自然门内功对身体各部位的要求第三章 自然门内圈手一、内圈手桩功二、内圈手走圈三、内圈手的三个修炼阶段第四章 内圈手应用第五章 内圈手轻功之修炼一、子午桩二、升降桩三、提气走圈四、矮蹲跳，直腿跳五、跑板六、走木盘第六章 自然门上桩一、提气法二、竹刷打身第七章 鸳鸯环一、单推环二、双推环三、弓步架推式四、五行运环式第八章 柳叶十八掌一、功法训练二、套路示范三、实战示例第九章 自然门实战技击法第十章 混元一气功一、罗仙集丹功二、丹丸游身功三、真元返还功后记

<<杜飞虎自然门内功搏击术>>

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>