

<<少林鹰爪十三抓>>

图书基本信息

书名：<<少林鹰爪十三抓>>

13位ISBN编号：9787500931676

10位ISBN编号：7500931670

出版时间：2007-8

出版时间：人民体育出版社

作者：杨维

页数：280

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>

<<少林鹰爪十三抓>>

内容概要

《少林鹰爪十三抓》一书主要包括基本介绍、入门须知，功理功法、套路练习、应用方法和鹰爪秘法六个部分的内容。

为了更好地挖掘、整理、传承少林鹰派武术这一民族瑰宝，少林鹰派武术研究会本着“探精抉微前人之微旨，认识阐发少林之真谛，挖掘整理鹰派之武术，总结提炼国术之精华”的宗旨，以“功法术合一论”为指导思想，以“功理功法的理论实践，套路技巧的娴熟演示，学以致用应用的方法”为原则，沿着练功到实用的写作构思，用现代科学理念深入细致地解析少林鹰派武术，为人类健康和社会安宁贡献绵薄之力。

<<少林鹰爪十三抓>>

作者简介

杨维(法名：释永宝)，1967年生。

黑龙江省青冈县人。

武术博士学位，国际武术散手道联盟副主席黑带七段，中华杨氏武艺研究会会长，少林鹰派武术研究会会长，安徽阜阳师范学院武术副教授，中国散手道协会主席，国际级武术裁判。

自幼随父亲杨乃文学习杨氏武艺，继承和发扬少林释行山、释行好和释行明传授的少林鹰派武术体系。

联合世界多种派别的武术家，创立“散手道”体系，成立了“国际武术散手道联盟”。

曾荣获“黑龙江省武术散手比赛”70公斤级冠军和“最佳擂主”的称号，获“武术文化知识国际大奖赛”三等奖，在世界杯“国际武术锦标赛”中，获“武术名人高段位”散手比赛金牌和传统武术比赛银牌，获“国际武术裁判”资格证书，获“美国世界博览会”金杯奖，被“美国世界名人科学院”授予武术博士学位和博士勋章。

从武历程在《中国当代武林名人志》《中国当代武术家辞典》《世界武术名人录》《世界名人录》等辞书中有所记载。

著作有《实用散手道教程》丛书、《少林鹰派武术》丛书等30余部武术专著及100余集音像制品，众多学术文章在国内外刊物上发表。

<<少林鹰爪十三抓>>

书籍目录

第一章 基本介绍 第一节 名称由来 第二节 练习程序 第三节 基本作用第二章 入门须知
第一节 爪的攻击目标 第二节 基本身法 第三节 基本眼法 第四节 步型与步法 第五节
十三抓爪型第三章 功理功法 第一节 初级功法 第二节 中级功法 第三节 高级功法 第四章
套路练习 第一节 动作名称 第二节 动作图解第五章 应用方法 第一节 盖爪实战应用
第二节 扑爪实战应用 第三节 锁爪实战应用 第四节 掏爪实战应用 第五节 撩爪实战应用
第六节 按爪实战应用 第七节 推爪实战应用 第八节 抠爪实战应用 第九节 托爪实战应用
第十节 劈爪实战应用 第十一节 拧爪实战应用 第十二节 抄爪实战应用 第十三节 扣爪实战
应用第六章 鹰爪秘法 第一节 抓肌肉秘法 第二节 抓器官秘法 第三节 抓筋膜秘法 第四节
抓骨骼秘法附录 少林鹰派武术研究会成员名单后记

<<少林鹰爪十三抓>>

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>