

<<中国嵩山少林寺武功传世秘笈>>

图书基本信息

书名：<<中国嵩山少林寺武功传世秘笈>>

13位ISBN编号：9787505406407

10位ISBN编号：750540640X

出版时间：1999-1

出版时间：朝华出版社

作者：张浏青

页数：117

字数：20000

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>

<<中国嵩山少林寺武功传世秘笈>>

内容概要

中国嵩山少林寺有1500多年历史，少林武功天下闻名，少林武功套路是历代佛祖和众僧在云游、弘法期间，以禅入武，禅武结合，创立的别具一格的少林功夫。

少林寺武功套路图谱的精华取源于少林寺藏经阁的秘笈，是历代武僧视同生命而秘不外传的珍宝。

为了进一步挖掘整理少林武术精华，编委会组织了武术研究专家和文学专家，与少林寺武功传人、历届擂台冠军、各套路名人一起，将历代少林寺著名拳法套路、十八般兵器套路，以及少林寺武功绝技套路共38项编辑成正规套路，配以武术专家演示图片，一并正式出版成书，向海内外发行。

这套系列丛书，存入少林寺藏经阁，对后人是传世秘笈。
而用于社会各界，则可欣赏、研究、演练、收藏。
是最完整的以图文并茂的形式记载少林寺武功的经典。

<<中国嵩山少林寺武功传世秘笈>>

书籍目录

- 少林拳的精神
- 少林拳的特点
- 少林拳的发力浅谈
- 少林武功四法简易式
- 少林武术基本功
- 少林寺小洪拳
- 一、起势
- 二、预备式
- 三、怀中抱月
- 四、白云盖顶
- 五、上步推掌
- 六、抱手束身
- 七、上步推掌
- 八、转脸扳手
- 九、上步推掌
- 十、转身崩腿
- 十一、外摆脚弓步斜形
- 十二、压手束身
- 十三、上半步劈腿
- 十四、斜形
- 十五、掠手老虎大张嘴
- 十六、云顶冲拳
- 十七、云顶七星
- 十八、马步单鞭
- 十九、抱手束身
- 二十、上步抢手
- 二十一、旋风脚冲天炮
- 二十二、蝎子摆尾老虎大张嘴
- 二十三、上步推掌
- 二十四、变抢手退两步
- 二十五、转脸扳手
- 二十六、上步推掌
- 二十七、转身崩腿
- 二十八、右踩脚盘肘
- 二十九、左手束身
- 三十、上半步劈腿
- 三十一、盘肘
- 三十二、仆步老虎 大张嘴
- 三十三、云顶冲拳
- 三十四、云顶七星
- 三十五、马步单鞭
- 三十六、抱手束身
- 三十七、上步抢手
- 三十八、右踩脚一掌

<<中国嵩山少林寺武功传世秘笈>>

.....

<<中国嵩山少林寺武功传世秘笈>>

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>