

<<峨眉大力擒拿手>>

图书基本信息

书名：<<峨眉大力擒拿手>>

13位ISBN编号：9787564412579

10位ISBN编号：7564412577

出版时间：2013-3

出版时间：北京体育大学出版社

作者：阎彬

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>

<<峨眉大力擒拿手>>

内容概要

《峨眉大力擒拿手》内容简介：峨眉派武功刚柔相济，自成一家，历史悠久，内容丰富、本著重点介绍峨眉派秘传的擒拿绝技，其中包括三种大力鹰爪功、十八势擒拿术、二十势空手夺刀法，以及一套技法独特的缠拳，图书内容设计图文并茂、易学易练、实用性强。

<<峨眉大力擒拿手>>

书籍目录

第一章 峨眉绿林派大力鹰爪功 一、雄鹰展翅势 二、雄鹰探爪势 三、飞鹰潜海势 四、猫鹰敛爪势 五、鸢鹰戏珠势 六、老鹰抓鸡势 七、力提千钧势 八、捻石成粉势 九、甩爪收功势 第二章 峨眉李氏大力鹰爪功 一、山鹰穿林势 二、苍鹰显爪势 三、雄鹰觅食势 四、飞鹰抖翅势 第三章 峨眉大力鹰爪童子功 一、开功势 二、马步抓爪势 三、弓步抓爪势 四、单手托天势 一五、双手托天势 六、雄鹰回首势 七、雄鹰搏兔势 八、缠丝势 九、收功势 第四章 峨眉派十八擒拿手 一、踏雪寻梅 二、白猿缠枝 三、顺藤摸瓜 四、金风扑面 五、鲤鱼扼腮 六、湘子折莲 七、雄鹰盘翅 八、鸢鹰扑兔 九、青龙摆尾 十、二龙扣珠 十一、铁鹰锁喉 十二、岩鹰抱雏 十三、白蟒绕梁 十四、灵猿摘茄 十五、猛虎剪尾 十六、采和挎篮 十七、翻云覆雨 十八、巧拧虎颈 第五章 峨眉派空手夺刀术 一、夹臂折肘 二、拧臂压肘 三、截膝勾踢 四、搂脖推颈 五、截臂推顶 六、别臂 七、拧臂摔 八、翻身拧臂 九、夹臂撑腿 十、挑臂压颈 十一、抱上臂别肘 十二、砍肋别肘 十三、架臂压肘 十四、扛摔 十五、搂颈旋摔 十六、夹臂压肘 十七、拧臂错腕 十八、砍颈勾踢 十九、顶肘扛摔 二十、顶肘别撑 第六章 峨眉派秘传缠拳 一、一颗印 二、千斤坠 三、左牵提 四、右牵提 五、牵带 六、右滚提 七、左滚提 八、飞渡 九、右单关手 十、左下盘手 十一、左前擒手 十二、左下盘手 十三、右造捶 十四、将军抱印 十五、右拦门断手 十六、莲花双推掌 十七、右双关手 十八、双盘手 十九、左前擒手 二十、左单关手 二十一、左下盘手 二十二、右破手 二十三、臀峰坐肘 二十四、右双关手 二十五、双盘手 二十六、左前擒手 二十七、左单关手 二十八、左下盘手 二十九、右破手 三十、臀峰坐肘 三十一、右双关手 三十二、双盘手 三十三、左前擒手 三十四、左单关手 三十五、左下盘手 三十六、右造捶 三十七、将军抱印 三十八、右拦门断手 三十九、莲花双推掌 四十、左右下盘手 四十一、左佯手 四十二、右砸肘 四十三、反臂捶 四十四、右造捶 四十五、左剔手 四十六、右冲捶 四十七、左剔手 四十八、右楞克肘 四十九、左剔手 五十、右机克手 五十一、反肩肘 五十二、左下盘手 五十三、右前擒手 五十四、太白扯旗 五十五、撩阴手 五十六、左剔脱 五十七、一颗印 五十八、收势

<<峨眉大力擒拿手>>

章节摘录

版权页： 插图：

<<峨眉大力擒拿手>>

编辑推荐

《峨眉大力擒拿手》重点介绍峨眉派秘传的擒拿绝技，其中包括：三种大力鹰爪功、十八势擒拿术、二十势空手夺刀法，以及一套技法独特的缠拳。

<<峨眉大力擒拿手>>

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>