

<<杨式太极拳.剑.推手入门>>

图书基本信息

书名：<<杨式太极拳.剑.推手入门>>

13位ISBN编号：9787810513722

10位ISBN编号：7810513729

出版时间：1999-2-1

出版时间：北京体育大学出版社

作者：苏耘

页数：368

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>

<<杨式太极拳.剑.推手入门>>

内容概要

《杨式太极拳·剑·推手入门》详细地介绍了杨式太极拳、剑、推手的基本知识和入门技巧。全书内容丰富，图文交茂通俗易懂，适合广大杨式太极拳、剑和推手爱好者参考研究。

<<杨式太极拳.剑.推手入门>>

书籍目录

第一章 杨式太极拳概述第一节 杨式太极拳及其特点第二节 杨式太极拳拳理第三节 杨式太极拳技击法则第四节 太极拳要诀第二章 杨式太极拳入门第一节 太极拳的基本动作第二节 杨式太极拳图解入门第三节 杨式太极拳散手技击法第三章 杨式太极剑入门第一节 杨式太极剑基本技法第二节 杨式太极剑图解入门第四章 杨式太极拳推手入门第一节 杨式太极拳推手第二节 杨式太极拳定步推手第三节 杨式太极拳合步推手第五章 杨式太极拳八门劲手第一节 棚手第二节 捋手第三节 挤手第四节 按手第五节 采手第六节 列手第七节 肘手第八节 靠手

<<杨式太极拳.剑.推手入门>>

章节摘录

第一章 杨式太极拳概述 第一节 杨式太极拳及其特点 杨式太极拳是太极拳中的一个流派，是杨露祥及其子杨健侯、其孙杨澄甫等人在陈式太极拳老架子的基础上发展创编的。

河北省永年人杨福魁，字露禅（1799--1872年），幼年卖与河南省温县陈家沟为僮，得侍拳师陈长兴（1771--1853年）。

杨露禅从小聪明伶俐，每唤侍候极殷勤，陈长兴遂收其为徒，令其随同习拳。

露禅勤学苦练，深得陈式老架太极拳套路要领，日久拳艺大进，成为陈长兴门徒中的佼佼者。

其后，杨露禅返乡传习拳艺，后至北京教拳，旋任旗营武术教官，比武时屡挫强敌，故被誉名“杨无敌”。

杨式三代对陈式老架太极拳中原有的一些纵跳、震足、发劲等动作，由杨健侯修订为中架子，又经杨澄甫一再修订，逐渐定为杨式大架子，即现在广为流行的“杨式太极拳”。

.....

<<杨式太极拳.剑.推手入门>>

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>