

<<嫡传杨家太极刀>>

图书基本信息

书名：<<嫡传杨家太极刀>>

13位ISBN编号：9787811006353

10位ISBN编号：7811006359

出版时间：2006-9

出版时间：北京体育大学出版社

作者：傅声远

页数：54

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>

<<嫡传杨家太极刀>>

内容概要

作者傅声远，敦厚稳重、朴实无华、虚怀若谷，太极拳造诣颇深，在国内外武术界享有崇高威望，其拳架纯正，沉稳中带有轻灵，拳、剑、刀、杆(枪)、推手无靡不精。

《嫡传杨家太极刀》中图照分别摄于2003年和2006年，图照清晰，架式纯正，动作规范，详解拳理拳法，通俗易懂，是一部难得的传统杨氏太极拳资料，堪称当今学习杨氏太极拳之范本。

<<嫡传杨家太极刀>>

书籍目录

1. 七星跨虎交刀势2. 腾挪闪展意气扬3. 左顾右盼两分张4. 白鹤展翅五行掌5. 风卷荷花叶内藏6. 玉女穿梭八方势7. 三星开合自主张8. 二起脚来打虎势9. 披身斜挂鸳鸯脚10. 顺手推舟鞭作篙11. 下势三合自由招12. 左右分水龙门跳13. 卞和携石凤还巢

<<嫡传杨家太极刀>>

章节摘录

一、七星跨虎交刀势1.向南方，双脚开步站立，双臂在两旁放松，左手拿刀，刀尖向上，刀背靠着手臂，刀刃朝前。

2.左手转向右面，身体重心落于右脚同时把左腿提起，而右手慢慢握成拳。

3.左腿转向正东，左脚趾朝向东北方，坐左腿而把右脚慢慢地往东前方放，同时身体转向东面。而双手于胸部往前，左手交叉于右手的腕部。

4.右腿退一步而双手往右并右拳打开成掌。

5.重心放于右脚，提起左腿并把左脚趾朝向东面。

同时把双手打开（同跨虎势）。

插图：

<<嫡传杨家太极刀>>

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>