

<<中国心意拳行功秘法>>

图书基本信息

书名：<<中国心意拳行功秘法>>

13位ISBN编号：9787101077971

10位ISBN编号：7101077978

出版时间：2011-1-1

出版时间：中华书局

作者：梁晓峰

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>

<<中国心意拳行功秘法>>

内容概要

全书共十八章八十四节，较为系统地介绍了心意拳术的基本理论、基本养气方法、实战技击运用和徒手练习方法。

包括“乾坤六合，九九归真，十方混元”丹道引导大法，身、步、膀等基本大法，“五艺（踢、打、摔、拿、撞五种技法）、八拳（拳、脚、膝、肘、膀、跨、头、尾闾八处打法）、十四打（两拳、两脚、两膝、两肘、两膀、两跨共十二拳，再加头尾两拳共十四拳）”等基本技法，“四把锤”、“五行拳”、“十大真形拳”、“鬲骀二形拳”、“七小形拳”、“天地人三才拳”、“一至十趟螳螂闸势锤”、“连环套膀”（九膀）、“连环走锤”（九炮）、“连环炮肘”（九肘）、“车轮套膝”（九膝）、“腿法”等传统套路及其练养方法，“五手”（徒手、对手、研手、散手、决手）训练法，以及技法综合应用等一系列功、技、法、式。

<<中国心意拳行功秘法>>

作者简介

梁晓峰，山西榆次人，一九五六年生，研究生学历，法学硕士，心意拳法国际联盟主席，中国心（形）意武术专业委员会主席，山西省晋中市摔跤柔道自由搏击协会主席，山西省晋中市心意终极格斗俱乐部主席，山西晋中市戴氏心（形）意拳协会主席。

2006年，被评为山西省武术大师、山西省民间文化遗产杰出传承人；2008年，被命名为国家级非物质文化遗产心意拳代表性传承人。

自幼习武，曾先后拜徐子清、马朝东、布华轩等武术大师为师，学习心意拳、长拳、查拳和摔跤术。后又正式拜在赵玉和王映海两位师傅门下，学习内气导引、内丹修养以及心（形）意拳法。

系心意六合拳第六代嫡系传人（从戴隆邦算起）。

迄今为止，已传承心意拳弟子及再传弟子数万余人，遍布全国及世界各地。

其中，有26人曾分别276次在国内外武术、散打、摔跤等重大赛事中获得过冠军。

<<中国心意拳行功秘法>>

书籍目录

- 序一
- 序二
- 前言
- 第一章 心意拳概述
- 第二章 心意拳拳里
- 第三章 心意拳入门
- 第四章 心意拳养气
- 第五章 心意拳身法
- 第六章 心意拳步法
- 第七章 心意拳肘法
- 第八章 心意拳掌法
- 第九章 心意拳拳法
- 第十章 心意拳腿法
- 第十一章 心意拳肘法
- 第十二章 心意拳膝法
- 第十三章 心意拳摔法
- 第十四章 心意拳拿法
- 第十五章 心意拳意拳
- 第十六章 心意拳形拳
- 第十七章 心意拳闸法
- 第十八章 心意拳技法
- 附录
- 后记

<<中国心意拳行功秘法>>

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>