第一图书网, tushu007.com

<<中国八卦太极拳>>

图书基本信息

书名：<<中国八卦太极拳>>

13位ISBN编号：9787204051410

10位ISBN编号：7204051416

出版时间：2001-4

出版时间：内蒙古人民出版社

作者：赵增福 编著

页数：326

字数：241000

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

<<中国八卦太极拳>>

内容概要

本书首次披露的“八卦太极拳”，社会上知道者少，甚为稀有，难得一见。
它模拟10种动物特性，取类此象，理趣合一，形意具备，三盘兼顾，是太极拳大系中的奇观。
其为典型的内功拳风格，古朴自然，功法纯正，不出偏差，是实实在在的珍宝。
练太极拳使人怡情、进步；使人健康、长寿！

作者简介

赵增福，字克安，1939年7月24日出生，陕西省西安市人，原西安电力高等专科学校工作，现已退休。1995年出版了《武当赵堡大架太极拳》一书，1997年代表赵堡太极拳正宗传人著成《中国赵堡太极》一书，并多次在《武当》、《中国太极拳》、《健身与生活》等杂志和一些报刊上发表太极拳技法理论等文章。

作者分别在美国、香港、北京、辽宁等地推广全民健身运动；多次举办太极拳训练班，从学者有国内外各界人士；在国际、国内的太极拳年会、研讨会、联谊会表演赛上展示身手、交流技艺。
现特聘为武当拳法研究会特邀研究员、西安市赵太堡太极拳学会会长、美国赵堡太极拳研究院名誉会长兼总顾问，中美文化交流促进会名誉会长兼会长兼总顾问，香港丽华太极健体会永远荣誉会长等职。

书籍目录

第一章 八卦太极拳概述 一、八卦太极来源 二、八卦太极拳的演变 三、八卦太极拳简介 四、八卦太极拳特点 五、八卦太极拳的手型、步型和身型第二章 八卦太极拳动作图解、要领、用法及歌诀 一、八卦太极拳全体大用歌诀 二、八卦太极拳拳式名称顺序 三、八卦太极拳图解说明 四、八卦太极拳第三章 八卦太极拳推手 一、八卦太极拳推手的目的和意义 二、八卦太极拳推手与拳架的关系 三、八卦太极拳推手的形式和方法 四、八卦太极拳推手的特点 五、八卦太极拳推手的步骤 六、八卦太极拳推手九十八技法 七、八卦太极拳推手图解 八、八卦太极拳推手散手技击附一 《武术太极推手竞赛规则》附二 武术太极推手比赛仲裁委员会条例附三 作者经历简介附四 致读者

第一图书网, tushu007.com

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