

<<孙剑云·孙式太极拳诠真>>

图书基本信息

书名：<<孙剑云·孙式太极拳诠真>>

13位ISBN编号：9787500923718

10位ISBN编号：7500923716

出版时间：2003-1

出版时间：人民体育出版社

作者：孙剑云

页数：255

字数：279000

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>

<<孙剑云·孙式太极拳诠真>>

内容概要

应人民体育出版社的要求，为弘扬中华武术，笔者以88岁高龄，将孙式在极拳传统套路九十七式、简化三十五式，新编十三式以及传统孙式及太极剑、太极剑对练套路都编写入本书。

本书有如下几个特点：1 书中传统孙式太极拳的照片，为笔者十多年前的示范照；推手照片为笔者与师史胡席圃1957年的示范照。

由于笔者年龄关系，太极剑单练套路由徒弟孙永田示范，在极剑对练套路由徒弟德安、白普山示范。他们的动作，需进一步规范化，功夫也尚待提高，示范动作权供习练参考之用。

2 书中对孙式太极拳、剑的源流、拳理、内容、练习要点及常见错误都作了系统性的介绍，深入浅出、哲理透彻、论点精辟，不仅为练习孙式太极拳者所必读，对练习其他拳术者也具有重要的参考作用。

3 本书附有孙式太极拳创始人笔者父孙禄堂的著作《太极拳学》。

练习者由此可追本溯源，对照参考，以利提高。

4 本书适合任何年龄及各种体质的人进行练心，尤其适合初学者对照本书自修，同时也兼顾已有一定太极拳、剑基础的爱好者的进一步提高。

<<孙剑云·孙式太极拳论真>>

书籍目录

武林风范 —— 记孙剑云大师第一章 孙式太极拳源流及宗师 第一节 孙式太极拳之源流 第二节 孙禄堂小传第二章 孙式太极拳修为的基本理论 第一节 太极拳身法概要 第二节 孙式太极拳的特点 第三节 孙式太极拳的修为机理 第四节 孙式太极拳修为的基本方法 第五节 孙式太极拳修为中常见错误第三章 孙式太极拳传统套路动作图解 第一节 孙式太极拳简介 第二节 孙式太极拳传统套路动作名称 第三节 孙式太极拳传统套路动作图解第四章 孙式太极拳简化套路动作图解 第一节 孙式太极拳简化套路动作名称 第二节 孙式太极拳简化套路动作图解第五章 简化孙式太极拳十三式动作图解 第一节 说明 第二节 简化孙式太极拳十三式动作名称 第三节 简化孙式太极拳十三式动作图解第六章 孙式太极拳推手 第一节 孙式太极拳推手概说 第二节 孙式太极拳推手动作图解 一 静步推手法 二 活步推手第七章 孙式太极剑传统套路动作图解 第一节 孙式太极剑简介 第二节 孙式太极剑持剑法与剑指 一 剑指 二 左手持剑法 三 右手持剑法 四 阴阳把之分 第三节 孙式太极剑传统套路动作名称 第四节 孙式太极剑传统套路动作图解第八章 孙式太极剑对练套路动作图解 第一节 孙式太极剑对练套路说明 第二节 孙式太极剑对练套动作名称 第三节 孙式太极剑对练套路动作图解第九章 太极拳打手用法附录 附录一 附录二

<<孙剑云·孙式太极拳诠真>>

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>