

<<祁家通背拳>>

图书基本信息

书名：<<祁家通背拳>>

13位ISBN编号：9787500924838

10位ISBN编号：7500924836

出版时间：2004-1

出版时间：人民体育出版社发行部（中国体育报业总社

作者：单长文

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>

## <<祁家通背拳>>

### 内容概要

《祁家通背拳》用简明、流畅的文字结合丰富的图示介绍这种枪、刀、手一体的优秀武术拳种，阐述其流传二百年的历史，并结合辩证法、医学、兵法理论介绍其基本功、八步十三刀、祁门剑等。

## <<祁家通背拳>>

### 作者简介

单长文，男，生于1945年3月23日。

辽宁省阳县人。

1964年考入北京钢铁学院。

1969年毕业后，一直在鞍山钢铁公司工作。

高经经济师。

现担任鞍山市武术协会主席，辽宁省武术协会委员，科研委员副主任。

他在北京钢铁学院读书期间，担任该院武术代表队队长，京城乃藏龙卧虎之地，机缘有幸，先后结识了形意、八卦、太极诸多拳种的武林朋友，尤以结识意拳名家李志良、李永忠、周子严等先生更是幸事，蒙众先后喜爱，称为“忘年之交”，并不吝赐教，受益匪浅，知道了中国传统武术文化之博大精深，犹如浩瀚之大海。

从此开始了中华传统武术真谛的探索与追求。

20世纪80年初，先生受聘于鞍山市少年宫，担任业余武术教练员，从此开始授徒。

二十余载，受生、徒数百人，不论贫富，一视同仁，惟好学者优之，深受广大习武者之敬重。

1983年被鞍山的众武林同道推选为市武术协会主席，连任至今，为鞍山地区武术运动的普及与提高作了重大贡献。

1984年初被评入全国千名优秀武术辅导员之一。

1993年被载入人民体育出版社的《中国武术人名辞典》。

2002年由中国体育报业总社主持的“中华武术展现工程”选为“祁家通背拳”主讲代表人物，并录制了祁家通背枪、刀、剑、拳十五盘VCD。

先生为继承发展祁家通背拳，历尽艰辛，收麻了大量历史资料，综旧汇新，编撰了《祁家通背拳》一书。

内容丰富，论述精辟，既保存了原传体貌，又富有新意，实乃通背拳大成之作。

## &lt;&lt;祁家通背拳&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 祁家通背拳综述 第一节 祁家通背拳的源流与发展 一、源流 二、历代通背拳名家及主要传人  
第二节 祁家通背拳技击的主要风格特点 一、象形取意 二、长 三、严 四、连 五、整 第三节 祁家通背拳操手要领 一、对形体姿势的要求 二、对眼法、心法、手法、步法、身法的要求 三、劲法 四、祁家通背拳纲要 第四节 祁家通背拳技击要论 一、势法论 二、刚柔论 三、虚实论 四、动静论 五、奇正论 六、对敌论 七、群战论 第二章 祁家通背拳基本功 第一节 基本的型、步型 一、手型 二、步型 第二节 基本功法 一、活身法 二、手法、步法、腿法 第三章 祁家通背拳一百零八单操手 第一节 三十六手筑基 一、四大总法 二、四大名山 三、四象 四、四拳 五、八手 六、十二掌 第二节 七十二散传 第四章 祁家通背拳技术套路动作名称及动作图解 第一节 明堂拳等技术套路 第二节 通背四路拆拳动作名称及技术图解 第五章 八步十三刀 第一节 概述 第二节 八种步法 第三节 十三刀法技术分析 第四节 八步十三刀动作名称及技术图解 第五节 通背四路拆刀动作名称及技术图解 第六章 祁门剑 第一节 祁门剑的风格特点 第二节 祁门剑的技术要领 第三节 祁门剑动作名称及技术图解 第七章 通背枪谱 第一节 通背枪法要论 第二节 通背枪断法 第三节 通背枪要点 第四节 通背枪散点 第五节 祁门十二枪 第六节 祁门十二枪动作名称编后话

<<祁家通背拳>>

章节摘录

插图

<<祁家通背拳>>

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>