第一图书网, tushu007.com

<<自然门功夫精义>>

图书基本信息

书名：<<自然门功夫精义>>

13位ISBN编号：9787500925910

10位ISBN编号：7500925913

出版时间：2004-9-1

出版时间：人民体育出版社

作者：陈怀信

页数：569

字数：448000

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

内容概要

本书分为上、下两编，上编主要根据武术界一般都将武术分为“基础功、拳术、器械、内壮功”四个部门之理，遂拟定为“一、基本功训练；二、套路训练；三、器械训练；四、根基功训练”四个框架。
下编主要阐述自然门技击法，与上编内容相对，上编侧重于介绍练法，下编侧重于介绍打法。

<<自然门功夫精义>>

作者简介

陈怀信，男，汉族，生于1964年11月，云南会泽人。
毕业于云南师范大学中文系。
大本学历，国家一级武师，杜飞虎自然武术主要传人，武汉拳法研究会会员，昆明市东川区自然门武馆馆长。
自幼嗜武，并得到著名武术技击家万籁声、吕耀钦等众多大师亲自指点。
他尊师重道、品德高尚、练功刻苦、悟性颇高，深受师父杜飞虎喜爱，为杜飞虎宗师入室高徒，学得少林金刚拳、六合拳、武当原式太极拳、自然拳、六合刀、八仙剑、九洲棍、一着胶等，在武学大道同拜山访川、探古求辫、饱经风霜，经受了艰苦的磨练，练就了一身过硬的功夫。
曾荣获“湖南省八运会自然门内功表演”优胜奖。
1998年8月10日悟道，遂作《七律·修身》一诗以示所悟“三十四年缘盲功，悟道修德今日始。
执一迎万一敌万，无回存势回失势。
观右督已行达度，固精敛神游有余”。
1999年荣获“首届中国武当拳国际联谊大会自然拳表演赛”优胜奖，2000年荣获“第二届中国武当拳国际联谊大会武当原式太极拳表演赛”优胜奖。
2002年8月参加首届海峡两岸武太精英赛暨中华张氏太极拳联谊会。
先后在《武当》《武魂》等杂志上发表武学论文数十篇，深受读者好评。
其中较具代表性的论文篇目有《自然功夫述真——矮裆走圈之真义》《自然门武术恢复疲劳之我见》等。

<<自然门功夫精义>>

书籍目录

上编 自然门功夫扼要 第一章 自然门概言 第一节 自然门之影响 第二节 自然门之渊源与传承 第三节 自然门之发展 第二章 渊源于庄朱二哲的自然门功夫内涵 第三章 自然门功夫风格的特点 第四章 自然门功夫训练程序 第五章 自然门德功 第六章 自然门功夫训练规矩 第七章 自然门功夫训练 第一节 基本功训练法 第二节 套路训练法 第三节 器械训练法 第四节 根基功训练法 第五节 小腹功训练法 第六节 矮裆走圈功夫 第七节 四步功训练法 第八节 内外八段锦训练法 第九节 大力神功训练法 第十节 内外护体功训练法 第十一节 道功下编 自然门技击法 第八章 自然门技击法 附录一 武术恢复疲劳之我见 附录二 万籁声先生讲堂录 附录三 “信义侠勇，立身之本” 附录四 自然门武学歌诀 后记

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