

<<混元太极炮捶四十六式>>

图书基本信息

书名：<<混元太极炮捶四十六式>>

13位ISBN编号：9787500935926

10位ISBN编号：7500935927

出版时间：2009-5

出版时间：人民体育

作者：冯志强|整理:冯秀芳//冯秀茜//潘厚成

页数：255

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>

<<混元太极炮捶四十六式>>

内容概要

《混元太极炮捶四十六式》介绍了混元功理和单式动作，以突出混元太极意气游，神形连绵似水流的练功法则，揭示缠丝混元、螺旋、滚动、天地旋转是宇宙万物前进动力的这一太极本象。

<<混元太极炮捶四十六式>>

书籍目录

第一章混元太极拳架概述 第一节拳架功能作用 第二节拳架身法要求 第三节拳架套路结构 第四节拳架练法特点 第二章混元太极炮捶四十六式 第一节图解说明及要求 第二节拳式动作图解 第一式无极起式 第二式金刚捣碓 第三式懒扎衣 第四式封闭捶 第五式单鞭势 第六式左右搬拦捶 第七式转身护心捶 第八式进退拦手炮 第九式斜行拗步 第十式煞腰肘 第十一式并揽直入 第十二式风扫梅花 第十三式金刚捣碓 第十四式披身捶 第十五式左右撇身捶 第十六式斩手 第十七式翻花舞袖 第十八式掩手肱捶 第十九式飞步拦腰肘 第二十式云手 第二十一式高探马 第二十二式云手 第二十三式高探马 第二十四式连珠炮 第二十五式撇身捶 第二十六式腰拦肘 第二十七式顺拦肘 第二十八式穿心肘 第二十九式窝里炮 第三十式雀地龙冲炮 第三十一式插脚拦截炮 第三十二式翻花舞袖 第三十三式转身劈挂掌 第三十四式进步螺旋冲炮 第三十五式退步挂肘炮 第三十六式左右冲炮 第三十七式左右盖炮 第三十八式进步腹肩靠 第三十九式掩手肱捶 第四十式转身夺二肱 第四十一式穿梭转身炮 第四十二式抄水劈砸炮 第四十三式绕步连环炮 第四十四式平穿肘 第四十五式风扫梅花 第四十六式金刚捶收势

<<混元太极炮捶四十六式>>

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>