

<<学练四十二式太极剑>>

图书基本信息

书名：<<学练四十二式太极剑>>

13位ISBN编号：9787534538193

10位ISBN编号：753453819X

出版时间：2003-4-1

出版时间：第1版 (2004年1月1日)

作者：徐一鹏

页数：107

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>

<<学练四十二式太极剑>>

内容概要

在太极拳运动不断普及和发展的当今，为了适应新的形势和日益频繁的交流活动，国家武术研究院、中国武术协会等单位，组织国内太极名家编制了“42式太极剑”。

它是国家武术竞赛套路，也是北京亚运会武术比赛套路之一。

这个套路吸收了传统太极拳、剑套路的精华。

内容充实，风格独特，结构严谨，难度适中。

既能较全面地锻炼身体，又适于在同等条件下进行比赛。

是广大武术爱好者演练提高太极剑水平的好套路。

为帮助广大太极剑爱好者能快速学习和掌握太极剑的套路技术，作者根据多年习练太极剑的体会，将训练方法编成本书，以图解的形式，就手型、手法、剑型、剑法及身体的手、眼、身、步各法，作了具体讲解，愿广大读者能从中得到启发，进一步认识学习太极剑的好处，更好地推广太极拳运动的发展。

这套太极剑竞赛套路，共有42个动作。

作者根据平时的教学体会，并与国际太极拳拳师李秋宝、徐超及教练员贺爱华等共同策划，对重新整理出的53个剑法图形及163个动作图解重点作了说明。

并纳出本套路中所涉及到的20种剑法。

还将剑的起源、剑的构造、剑的规格及剑的技法和要求逐一向读者做了介绍。

希望得到各位拳友的认同，也希望广大初学者能得到启发。

<<学练四十二式太极剑>>

作者简介

徐一鹏，男，1952年出生，江苏南京人。

国际太极拳年会名师；现任国际太极拳年会南京陈式太极拳研究会副会长；南京陈式太极拳教学总站站长；中国永年国际太极拳联谊会会员；中国民间武术家联谊会会员。

自幼酷爱武术，跟随表哥陆松林学习少林功夫，练过拳、剑、刀、枪、棍等套路。20世纪70年代跟随陈氏太极拳传人，一代宗师——陈照奎的弟子王选智先生学习陈式太极拳。随后，拜国际太极拳大师窦汉东为师，并得到陈立清、陈正雷、王西安、马时等国际太极拳大师的指点，潜心学习太极功夫。被国际太极拳年会评定为太极拳名师。

擅长陈式太极拳、剑等。
多次参加国际、国内太极拳年会曾多次获得金、银牌。

<<学练四十二式太极剑>>

书籍目录

第一章 概述 第一节 剑术的由来 第二节 剑的结构 第三节 剑的规格 第四节 太极剑服装的规格款式
第二章 太极剑术的基本技法和特点 第一节 太极剑基本功 第二节 太极剑的特点和要求 第三节 太极剑的
“手、眼、身、步”法运用 第四节 太极剑法及要求 第五节 练习中容易出现的问题
第三章 42式太极剑
套路图解 第一节 42式太极剑套路名称 第二节 42式太极剑套路图解附：42式太极剑动作路线示意图编
后语作者简介

<<学练四十二式太极剑>>

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>