

<<四十八式太极剑图解>>

图书基本信息

书名：<<四十八式太极剑图解>>

13位ISBN编号：9787534553424

10位ISBN编号：7534553423

出版时间：2007-3

出版时间：江苏科技

作者：窦汉东

页数：83

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>

<<四十八式太极剑图解>>

内容概要

“48式太极剑”具有许多优点和特点，内容充实，风格突出，动作规范，结构严谨，布局合理，易教易学，充分体现了太极剑的风范。

长期练习能修身养性，强健身心，陶冶情操，还为深造其他拳械打下坚实基础。

本书是编者参阅了有关古今剑术资料，汲取其精华，结合编者教学、研究太极拳数十年的实践编写而成的。

全书图文并茂，在编写过程中，既注意到传统套路的风格和特点及技术要领同时又符合现代太极剑术的风格和科学要求。

<<四十八式太极剑图解>>

作者简介

窦汉东，1936年生，祖籍安徽，中共党员，学历大专。

军人出身，陈式太极拳第十一代传人，国家一级武术裁判，武术七段，武当百杰，太极大师。

原任南京造船厂人武部部长，兼南京市武术协会常务副秘书长。

现为南京陈式太极拳研究会会长（法人代表），兼国际太极拳年会副秘书长，世界文化艺术研究发展中心研究员，国际名人协会理事，中国民间武术家联谊会副会长，北京精武武术文化研究发展中心顾问，湖南省名人文化研究院顾问等。

<<四十八式太极剑图解>>

书籍目录

作者风采名家友谊留影名人贺词文墨前言第一章 概述 第一节 剑术基本知识 第二节 练习太极剑的两个阶段 第三节 练习中应注意的问题 第四节 太极剑的服装款式第二章 基本方法 第一节 剑法规格 第二节 太极剑的手、眼、身、步法运用第三章 48式太极剑套路动作分解 第一节 套路名称 第二节 套路动作分解 第三节 完整套路动作示意图作者简介

<<四十八式太极剑图解>>

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>