第一图书网, tushu007.com

<<武式太极十三连环剑>>

图书基本信息

书名：<<武式太极十三连环剑>>

13位ISBN编号：9787537726801

10位ISBN编号：7537726809

出版时间：2006-4

出版时间：山西科学技术出版社

作者：翟维传

页数：63

字数：67000

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

<<武式太极十三连环剑>>

内容概要

武式太极十三剑，因可连续习练也称十三连环剑，是武式太极拳系列中的短兵器，是传统武式太极拳丛书的组成部分。

武式太极十三剑剑法精妙，布局合理，衔接紧凑，完全符合太极之理，阴阳变化之法。

习练者在有了武式太极拳身法后，方可充分体现武式太极十三剑之味道。

武式太极十三剑的特点是：步法灵活稳健，招式连绵不断，动作朴实无华，虽然只有十三个招式，但招招实用，式式制敌，快慢相间，蓄发相变，并特别注重剑指的配合，要求以指领剑，以身运剑，指剑相应，气象万千。

武式太极十三剑，动作幅度不大，也没有高难动作，特别适合中老年朋友习练，是全民健身不可多得的一项好运动。

传统武式太极拳丛书中特别讲到了一些传统的礼仪，笔者认为，我国自古以来就有礼仪之邦的美誉，要继承传统，就要全面继承先辈留给我们的好传统，并以此来为后辈做出榜样。

《武式太极十三连环剑》一书中的拳照为笔者的真实近照，并有子世宗协助，弟子韩永刚、李胜英拍摄。

书中附有笔者追忆恩师姚继祖的一篇文章，以此来缅怀先生的谆谆教导。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

翟维传先生，是武式太极拳第五代传人，太极拳大师，1942年出生于太极拳中兴发祥地——河北省永年县广府镇。

翟先生为当代武式太极拳代表人物之一，现任邯郸市武术协会荣誉主席，邯郸市武式太极拳学会会长，永年县太极拳协会副主席，永年县维传武式太极拳研究会会长等职。

翟先生自幼习拳，先后拜武式太极拳第四代传人魏佩林、姚继祖二位宗师门下，尽得二位恩师真传，五十年研练不辍，拳架、器械浑厚工整，尤善打手，著作颇丰，授徒甚众。

翟先生参加了国家对《武式太极拳竞赛套路》的编排工作，先后出版了《武氏太极拳系列教学光盘》一套（十一碟）和《武式太极拳术》等书。

第一图书网, tushu007.com

<<武式太极十三连环剑>>

书籍目录

一、武式太极十三连环剑概述二、武式太极剑礼仪三、武式太极剑剑指四、武式太极剑持剑法五、武式太极剑步法六、武式太极十三剑名称顺序七、武式太极十三剑套路图解附录　附录一　神意导气行百络　腰腿换劲应万端－－深切缅怀恩师姚继祖　附录二　翟维传履历　附录三　武式太极拳传承表

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