

<<八卦掌秘传诀谱>>

图书基本信息

书名：<<八卦掌秘传诀谱>>

13位ISBN编号：9787564405779

10位ISBN编号：7564405775

出版时间：2010-11

出版时间：北京体育大学

作者：刘兴汉

页数：710

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>

<<八卦掌秘传诀谱>>

内容概要

刘兴汉编著的《八卦连秘传诀谱》一书，以前辈传留的多册手书诀谱为根基，列‘健身’、‘强身’、‘防身’、‘佚事’四大篇章，是一部系统介绍‘程式八卦掌’健身、技击方法、以及亲传套路、秘传诀谱的鸿篇巨制。

本书是南城八卦（程派刘斌系）集体智慧的结晶，体现了南城八卦几代人传承下来的技艺和团结的精神。

<<八卦掌秘传诀谱>>

书籍目录

健身篇

第一章 绪论

第一节 源流初探

第二节 浅谈八卦掌的健身作用

第三节 理论概述

第二章 基本套路

第一节 基本练习法则

第二节 站桩八势八法

第三节 八卦连环阴阳掌走转掌之母拳

第四节 三才、三势、三盘掌

第五节 五行三合掌

第六节 八卦连环八肘、八锤、八掌

第三章 部分器械套路

第一节 器械简介

第二节 春秋刀

第三节 战身枪

第四节 连环剑

第五节 连环纯阳剑

第六节 连环蟠龙棍

第七节 五行棒

强身篇(上)

第一章 八卦掌论述要则

第一节 九宫法概述

第二节 八卦掌歌诀

第三节 八掌四十八变法歌诀

第四节 经络与气血流注

第二章 八卦掌法与腿法

第一节 五行腿

第二节 四正四隅

第三章 八卦器械主要套路

第一节 七星杆

第二节 八卦转剑

第三节 八卦转枪

第四节 八卦子午钺

附录 董海川先师传留八卦掌(程式)七代弟子名录

强身篇(下)

第一章 前辈关于八卦散手的论述

第一节 掌法述要

第二节 无极拳妙无边

第二章 秘传散手诀谱

第一节 散手招势动用法

第二节 十八魁手十八连

第三节 十字掌法十八连

第四节 八卦散手对打六十四招法

第五节 六十四连手拳八趟

<<八卦掌秘传诀谱>>

第六节 八卦散手六十四势

第七节 八卦连环掌七十二招

第三章 八卦九宫方位掌法

第一节 飞掌九宫八卦

第二节 四门斗

第三节 北斗七星步法图及要领

第四节 九星图出入法及口诀

第四章 掌法套路精选

第一节 八形掌六十四势

第二节 九宫反背锤

第三节 八卦连环掌八路翻身换势内功成势法

第四节 八卦五行阴阳连环掌

第五章 八卦刀集粹

第一节 八卦门单刀秘传诀谱

第二节 八卦连环滚手转刀(六十四势)

第三节 八卦群拦刀法之谱

第六章 器械套路精选

第一节 八卦七星杆点穴法套路(之三)

第二节 八卦双头蛇(双头枪)

第三节 八卦子午鸳鸯钺

防身篇

第一章 八卦掌秘传诀谱

第一节 《拳术二十六日》(摘要)

第二节 掌法要诀

第二章 先天八卦六十四掌

第一节 乾宫八卦

第二节 兑宫八卦

第三节 离宫八卦

第四节 震宫八卦

第五节 巽宫八卦

第六节 坎宫八卦

第七节 艮宫八卦

第八节 坤宫八卦

第三章 器械套路

第一节 八卦五行风火轮

第二节 阳八势技击法

第四章 八卦剑

第一节 八卦剑经典套路——龙凤双剑

第二节 八卦剑法集粹

防身篇(下)

第一章 董海川先师传授的掌经、诀谱摘要

第一节 金刚罗汉拳锤震法

第二节 金刚罗汉锤六十四势

第三节 八卦乌龙掌法百势之谱

第四节 八卦心意六合“七打”之诀

第五节 精养灵根气养神要点

第六节 八路翻身要则

<<八卦掌秘传诀谱>>

第二章 八卦连环掌论述十二篇

第一节 无极生太极，两仪生四象篇

第二节 论述九宫法则篇

第三节 论述步法篇

第四节 论述手法足法篇

第五节 论述精气神三者关系篇

第六节 八卦掌八要点论述篇

第七节 顾法、截法论述篇

第八节 领法、带法论述篇

第九节 随法追法论述篇

第十节 顿法、打法论述篇

第十一节 八卦掌七十二招法及三性调养法篇

第十二节 八卦掌九要法则篇

第三章 八卦掌(三环套月)

第一节 “三层门”及秘传“八卦落地盘花掌”

第二节 三环套月

第四章 八卦乾坤圈(走梅花桩下路)

第五章 八卦、八门走法之序(又名：八卦八门阵法图)

第六章 八卦大枪集粹

第一节 秘传诀谱

第二节 八卦四平枪图解

第七章 二人对手互击法

第一节 定势法

第二节 活势法

轶事篇

轶事篇

附录 董海川先师传留八卦掌(程式)八代弟子名录

<<八卦掌秘传诀谱>>

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>