

<<实战八卦64散手掌>>

图书基本信息

书名：<<实战八卦64散手掌>>

13位ISBN编号：9787811007213

10位ISBN编号：7811007215

出版时间：2008-1

出版时间：北京体育大学出版社

作者：王培生

页数：215

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>

## <<实战八卦64散手掌>>

### 内容概要

《实战八卦64散手掌》王培生先生经过几十年的演练、研究、琢磨，结合自己的实践体会，加工、整理了八卦掌，并将其中的每个掌式分解成3个过度动作，同时按每个掌式的技击作用和形象意念配以64个卦象，把《易》理和拳理融为一体。

并且在八卦掌风貌的基础上，有机地揉进太极拳的劲意，使得套路更加细腻，文化内涵更加丰富，技击和健身作用更加独特、迷人。

《实战八卦64散手掌》为其精心编写的八卦掌教授书籍。

## &lt;&lt;实战八卦64散手掌&gt;&gt;

## 书籍目录

继承优良传统，发展创新武术的典范——为王培生先生《实战八卦64散手掌》序 门人福音 实战八卦64散手掌动作拍摄追忆 继承父业发展武术 卦义和拳理 动作名称 动作技法及技击招法 预备势老僧托钵 第一路 第一掌 进步挑掌 泽天央 第二掌 狮子捧球 泽地萃 第三掌 进步掖撞 水雷屯 第四掌 猛虎跳涧 天火同人 第五掌 黑虎入洞 火风鼎 第六掌 反臂劈锤 天雷无妄 第七掌 双鞭压肘 水风井 第八掌 朝天献肘 水山蹇 收势 老僧托钵 第二路 第一掌 青龙探爪 离为火 第二掌 抹袖连捶 雷山小过 第三掌 云龙献爪 兑为泽 第四掌 拨云见日 泽雷随 第五掌 拍胸扑肘 艮为山 第六掌 转身顶肘 地天泰 第七掌 贯耳穿捶 雷泽归妹 第八掌 恶虎扒心 泽火革 收势 老僧托钵 第三路 第一掌 进步团撞 水火既济 第二掌 白猿献果 随风巽 第三掌 风轮反肘 乾天健 第四掌 仙人观棋 火水未济 第五掌 金丝抹眉 雷风恒 第六掌 玉女穿梭 泽水困 第七掌 卸步牵羊 天地否 第八掌 霸王送客 风火家人 收势 老僧托钵 第四路 第一掌 走马回头 风山渐 第二掌 二仙传道 火雷噬嗑 第三掌 翻身劈面 风地观 第四掌 进步肩撞 风雷益 第五掌 大鹏展翅 地风升 第六掌 白袍铡草 游雷震 第七掌 周仓扛刀 火泽睽 第八掌 刘全进瓜 雷火丰 收势 老僧托钵 第五路 第一掌 仙人幻影 天风妖 第二掌 捋手扁踩 水天雷 第三掌 进步撞捶 山风蛊 第四掌 迎面弹膝 天水讼 第五掌 扫耳单鞭 水泽节 第六掌 进步冲撞 山天大畜 第七掌 天王托塔 蚕风天山畜 第八掌 王母拐线 蚕天泽履 收势 老僧托钵 第六路 第一掌 千金坠地 坤盛地坤 第二掌 日月并行 蚕山雷颐 第三掌 金蝉脱壳 雾地山谦 第四掌 依山挤靠 雷地豫 第五掌 捋手膝撞 星火天大有 第六掌 懒龙卧枕 雷地雷复 第七掌 拗步提撩 薰泽风大过 第八掌 进步拓掌 菱水地比 收势 老僧托钵 第七路 第一掌 插花进捶 妻山火贵 第二掌 丹凤归巢 雾火山旅 第三掌 挫腿外踩 地水师 第四掌 掩肘推山 蚕山泽损 第五掌 缠肘摆莲 薰雷水鲜 第六掌 回身扫肋 雷山地剥 第七掌 猿猴爬竿 曼天山遁 第八掌 弯弓射雁 雷天大壮 收势 老僧托钵 第八路 第一掌 四龙取水 泽山成 第二掌 怀中抱月 坎水柔 第三掌 仙人簸米 风水涣 第四掌 二龙戏珠 山水蒙 第五掌 张飞骗马 火地晋 第六掌 片旋两门 地火明夷 第七掌 风轮劈掌 风泽中孚 第八掌 孤雁出群 地泽临 收势 还原势 附：八卦掌套路简介

## <<实战八卦64散手掌>>

### 章节摘录

我是1947年认识王培生先生的。

当时，在北平什刹海西海北岸的《汇通祠》成立了“北平汇通武术研究社”，近代武术名家李瑞东宗师的入室弟子、著名武术家高瑞周先生担任社长，吴式太极拳名家、八卦掌名家王培生先生担任副社长，八极拳名家张立堂先生和八卦掌名家马逸林先生协助教练工作。

高瑞周、张立堂、马逸林与王培生四位先师是结拜金兰的“盟兄弟”。

1947年先父周作祝（字敬之，新街口永和粮店经理）资助成立了汇通武术研究社，我和堂兄周世贵、弟弟周世俭三人，拜高瑞周为师，经常在课余时间“上山”练武（汇通武术研究社设在汇通社的土山上）。

那时我们在山上主要练李瑞东门派的武术和“李式太极拳”。

当时大家对王培生四叔的印象是慈善、热情、可亲。

插图：插图：

<<实战八卦64散手掌>>

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>