

<<八卦太极拳>>

图书基本信息

书名：<<八卦太极拳>>

13位ISBN编号：9787500920953

10位ISBN编号：7500920954

出版时间：2001-06-01

出版时间：人民体育出版社

作者：张风杰

页数：140

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>

<<八卦太极拳>>

内容概要

本书介绍八卦太极拳的知识，八卦太极拳是董海川根据太极拳的以柔克刚特点创编的一种刚柔相济的拳种。

此拳兼具太极与八卦之优长，极具健身与技击价值。

<<八卦太极拳>>

作者简介

张凤杰，山东济南人。

山东大学物理系毕业。

自幼习武，曾习二郎拳、小洪拳。

1983年拜张万英为师，学习八卦掌、八卦太极拳。

曾获“第二届国际八卦掌表演赛”优秀奖“，”千年元春齐鲁杯形意、八卦强省精英邀请赛“男子成年组一等奖。

<<八卦太极拳>>

书籍目录

- 第一章 八卦太极拳
 - 第一节 八卦太极拳源流
 - 第二节 八卦太极拳创拳的目的
 - 第三节 八卦太极拳的动作要领和特点
 - 第四节 八卦太极拳的医疗保健作用
 - 第五节 八卦太极拳拳谱
 - 第六节 八卦太极拳图解说明
- 第二章 八卦太极拳推手
 - 第一节 推手
 - 第二节 推手图解
 - 第三节 散手十四式图解
- 第三章 八卦太极功
 - 第一节 站桩功
 - 第二节 辟合功
 - 第三节 乾元功
 - 第四节 吐纳功
- 附录

<<八卦太极拳>>

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>