

<<杨式二十四式太极剑>>

图书基本信息

书名：<<杨式二十四式太极剑>>

13位ISBN编号：9787500921356

10位ISBN编号：7500921357

出版时间：2001-10

出版时间：人民体育出版社

作者：张楚全

页数：110

字数：64000

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>

<<杨式二十四式太极剑>>

内容概要

为了进一步提高广大太极剑爱好者的兴趣，丰富太极剑套路，弘扬太极文化，提倡科学健身，让高雅文明的健身方法去占领广大群众的活动阵地，本人在原有的基础上，将一套杨式二十四太极剑整理编著，供广大太极剑爱好者练习。

杨式二十四式太极剑招式不多，内容却是“主林雀虽小，五脏俱全”。

套路中包含着十六种剑法、十种步型、两种腿法。

全套分成四段，每段六个动作，方位变换全面，动作符合人体生理运动规律，演练风格小中见大，全套演毕回归原地，可谓短小精悍。

<<杨式二十四式太极剑>>

作者简介

张健全 男，浙江省舟山市人。
1929年出生，现年72岁。
为舟山市武术协会杨式太极拳研究会会和。

1960年起习练杨式太极拳，先后师从于王定良和赵桂恒老师，后又从顾留馨先生学习拳理知识，对杨式太极拳的理论和实践均有较深的积淀，年逾古稀仍然不懈追求。

作者晚年注重于理论总结，将毕生所学所悟著书出版，以传后人。
写作态度严谨，传授知识竭尽全力。
他写后在我社出版的《杨式秘传129式太极拳》《杨式六十六式弓林拳》等多部著述，均受到武术爱好者的称誉和喜爱。
本书是作者认真整理杨式太极拳传统套路，奉献给社会的又一力作。

<<杨式二十四式太极剑>>

书籍目录

卜算子（一首）赠剑友第一章 杨式二十四式太极剑概述 第一节 内容简介 第二节 握剑方法和剑指第二章 杨式二十四式太极剑的风格特点 第一节 风格 第二节 特点第三章 布局 and 结构 第一节 布局 第二节 结构 第三节 剑法及其运用方法第四章 步型、步法、身型、身法、剑法与眼法 第一节 步型、步法 第二节 身型、身法 第三节 眼法与剑法、手法的关系第五章 杨式二十四式太极剑技术套路 第一节 技术动作名称 第二节 技术动作图解附：杨式二十四式太极剑运行线路图后记

<<杨式二十四式太极剑>>

编辑推荐

《杨式二十四式太极剑》由人民体育出版社出版。

<<杨式二十四式太极剑>>

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>