

<<少林气功秘集>>

图书基本信息

书名：<<少林气功秘集>>

13位ISBN编号：9787500924012

10位ISBN编号：7500924011

出版时间：2003-1

出版时间：人民体育出版社

作者：释德虔

页数：191

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>

<<少林气功秘集>>

内容概要

本书主要介绍少林健身气功，包括少林内气功、禅气功、硬气功、轻气功，特别对少林易筋经、八段锦、风摆柳、信游功、柔功、太和气功等民间广为流行且颇有养生长寿价值的健身气功套路做了详细说明。

为有助于读者练功和健身，还首次公开了部分练气功秘方。

<<少林气功秘集>>

作者简介

释德虔，号少室山人，俗姓王，学名长青，幼名省印，生于1943年。自幼皈依少林，拜第三代住持素喜大和尚门下，师赐法名德虔。

<<少林气功秘集>>

书籍目录

第一章 少林气功概述第二章 少林内气功第三章 少林太和气功第四章 少林达摩易筋经功法十二式第五章 少林柔功三十一式第六章 少林传统健身气功套路第七章 少林轻气功第八章 少林硬气功第九章 少林寺练气功秘方

<<少林气功秘集>>

媒体关注与评论

气功是我国各族劳动人民数千年来在生产、生活中通过艰苦奋斗逐渐发展起来的民间传统文化结晶，应该广泛宣传，全面推广，继承发场，使气功这一文化瑰宝能为增进我国广大人民及人类体质健康和推动生产力的发展发挥有益的作用。

<<少林气功秘集>>

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>