

<<峨眉秘传追风短打法>>

图书基本信息

书名：<<峨眉秘传追风短打法>>

13位ISBN编号：9787500930693

10位ISBN编号：7500930690

出版时间：2007-3

出版时间：体育报业（原人民体育

作者：高翔

页数：385

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>

<<峨眉秘传追风短打法>>

内容概要

追风短打是峨眉秘宗名拳，立意新颖，技法独特。

要想练成追风短打，首先要了解短打，小手寸劲，注重打法，短促突击，贴身近战；其次还要理解短打的“追风”立意，闻风而动，跟踪追击，急上加急，快上加快；再加以多练久练，练不到至快至灵不算功成，练不到出手必胜不算精妙。

为了弘扬国粹，推广益众，笔者以邓维明师傅珍藏的拳谱为基础，在邓师的多方指导和挖整组的大力协助下，将追风短打整理成书，供练武者参考，不到之处，望请指正：极其感谢邓师并挖整组诸位！

<<峨眉秘传追风短打法>>

书籍目录

第一节 概论一、追风短打技法要点二、追风短打劲法特色三、小论短打与长拳第二节 基本招法一、拳法二、脚法三、肘膝法四、进步法五、拦法六、让法第三节 抢打法一、滑步崩拳二、盖步崩拳一、盖步崩拳三、垫步崩拳四、压臂崩拳五、前手连崩六、后手连崩七、换手连崩八、闪电三崩九、跳步砸拳十、前手连砸十一、换手连砸十二、压臂砸拳十三、后手连砸十四、三星砸拳十五、连珠兜拳十六、霹雳三兜十七、连珠掏拳十八、黑门三掏十九、崩兜连拳二十、崩掏连拳二十一、崩砸连拳二

<<峨眉秘传追风短打法>>

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>