

<<秘传硬门通臂绝招>>

图书基本信息

书名：<<秘传硬门通臂绝招>>

13位ISBN编号：9787500937296

10位ISBN编号：7500937296

出版时间：2010-1

出版时间：人民体育出版社

作者：高翔

页数：324

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>

<<秘传硬门通臂绝招>>

内容概要

通臂拳，中国的一大名拳，分支很多，各有所长，如白猿通臂拳、仙猿通臂拳、两翼通臂拳、五行通臂拳、六合通臂拳、太极通臂拳、祁家通臂拳、劈挂通臂拳、教门通臂拳、摔手通臂拳等。

硬门通臂拳，属于通臂类的秘宗精品，传自河南虞城常振武。

常老师是硬门通臂拳的第六代传人，以擅长实战而著称，其幼年曾在嵩山少林寺习武，后又遇硬门通臂高手吴李家，得其真传。

常老师学成后即应师兄之邀前往新加坡，荣任新加坡少林国术总会通臂拳术分会副会长，长期在新加坡万礼山。

村市任教，带出不少高徒，击败不少挑战者，为硬门通臂争得了地位，为中华武术博得了盛名。

日本著名武术家松田考察中国黄河流域拳法的时候，专程拜访了归隐故乡的常老师，通过切磋交流，给予硬门通臂拳极高的评价，认为此拳“长手冷腿，神机莫测。

” 笔者久闻常师大名，托人联系常师，并与周口师范学院体育系张鸿韬一起，将硬门通臂精义总结出来，献于同道共享。

<<秘传硬门通臂绝招>>

书籍目录

第一章 概论 第一节 硬门通臂拳要点解析 一、放长击远,铁手硬劲 二、闪电快攻,送劲追杀
三、主取天盘,惯用手法 第二节 杂论 一、放长 二、打头 三、冷腿 第二章 入门单操 第一节
先八掌 一、扎枪掌 二、刺剑掌 三、推山掌 四、拍塌掌 五、甩鞭掌 六、抽鞭掌 七、砍刀掌
八、削刀掌 第二节 中八拳 一、冲锋拳 二、挂风拳 三、劈山拳 四、撩阴拳 五、抖铃拳 六
、顺步拳 七、翻山拳 八、飞身拳 第三节 开门势 一、开掌势 二、开拳势 第四节 腿踢法 一
、钉腿 二、镖腿 三、铲腿 四、跺腿 第三章 打法绝招 第一节 送掌打 一、枪扎送掌 二
、扎推送掌 三、扎抽送掌 四、扎甩送掌 五、扎砍送掌 六、扎刺送掌 七、扎拍送掌
八、推抽送掌 九、推砍送掌 十、推拍送掌 十一、推扎送掌 十二、推山送掌
十三、刺剑送掌 十四、刺抽送掌 十五、刺砍送掌 十六、刺扎送掌 十七、刺甩送掌
十八、刺拍送掌 十九、砍刀送掌 二十、砍抽送掌 二十一、砍甩送掌 二十二、甩鞭
送掌 二十三、甩砍送掌 二十四、甩抽送掌 二十五、甩扎送掌 二十六、抽鞭送掌
二十七、抽甩送掌 二十八、抽削送掌 二十九、拍塌送掌 第四章 软硬功夫

<<秘传硬门通臂绝招>>

章节摘录

第一章 概论 秘传硬门通臂拳，铁手冷腿敌胆寒。

放长击远舒猿臂，迭劲追杀变无端。

——硬门通臂要诀第一节 硬门通臂拳要点解析 一、放长击远，铁手硬劲 “学拳就是把敌打，不能打人是假法”。

硬门通臂拳讲究实战，并且擅长打法，一般不擒拿、不摔跌、不纠缠、不拼拙。

直接打击，干脆利索，针对要害，效果显著。

“出手如同臂加长，打得敌人无处藏”。

硬门通臂拳注重长劲，架势大开，放长击远。

长劲通透犀利，力量充足，杀伤力高，且攻击距长，覆盖面大，举手敌难逃。

“交手光防是不中，进攻进攻再进攻”。

硬门通臂拳非常强调进攻，要求抢击夺势，以攻为防，以攻为绝，以攻为终。

注重攻击就要有实力，能摧毁，假如臂弱手软，不但进不去，就是打中也无用，所以掌要刚、拳要坚，劲法主硬，故此拳取名“硬门”，寓其是通臂拳中的硬门。

当然硬劲不是僵硬、死板的拙力、笨劲，而是既长又快、既猛又灵、杀伤强烈、收发自如的通透硬劲。

二、闪电快攻，迭劲追杀 “交手如同追风箭，急上加急胜嫌慢”。

在进攻上，出手要快，进手要快，变手要快，如闪电，如利箭，难躲避，无法防；在反击上，动比敌快，后发先至，敌伤我难，我伤敌易。

“打不毁敌不算完，一而再来二连三”。

在进攻上，一手发，一手蓄；一手收，一手出，此收彼发，此起彼伏，神出鬼没，防不胜防；在反击上，一来三应，敌动一，我动三，敌出少，我出多，压制连续，还手不停，敌终必溃。

.....

<<秘传硬门通臂绝招>>

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>