

<<汤瓶七式与六路钻拳>>

图书基本信息

书名：<<汤瓶七式与六路钻拳>>

13位ISBN编号：9787500940166

10位ISBN编号：7500940165

出版时间：2011-5

出版单位：人民体育

作者：闫无为

页数：248

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>

<<汤瓶七式与六路钻拳>>

内容概要

汤瓶七式被称为“回教三宝”之一。
它以穆斯林汤瓶壶的外形为依据，开势收势均为汤瓶式。
其技击性较强，以步控、短打、顾截为为主，被誉为心意六合拳之后的“中原第二狠拳”。
因心意拳传人之前多精于此拳。
在与心意拳融合后已变得更加简捷。

六路钻拳。
原为开封狄家家传拳法，以用为本，现被融入到心意拳的内部教学当中，法简效宏，形成了独特的心意发力风格。

<<汤瓶七式与六路钻拳>>

书籍目录

- 第一章 历史渊源
- 第二章 老七式初级训练
 - 第一节 入门功法——研脚窝训练
 - 第二节 汤瓶式训练
 - 第三节 老七式撕劲训练
 - 第四节 老七式拉劲训练
 - 第五节 老七式劈劲训练
 - 第六节 老七式挑劲训练
 - 第七节 老七式撩劲训练
 - 第八节 老七式钻劲训练
 - 第九节 老七式开合劲训练
- 第三章 老七式中级训练
 - 第一节 撕劲中级训练
 - 第二节 拉劲中级训练
 - 第三节 劈劲中级训练
 - 第四节 挑劲中级训练
 - 第五节 撩劲中级训练
 - 第六节 钻劲中级训练
 - 第七节 开合劲中级训练
 - 第八节 七式合一
- 第四章 老七式实战训练
 - 第一节 撕劲应用
 - 第二节 拉劲应用
 - 第三节 劈劲应用
 - 第四节 挑劲应用
 - 第五节 撩劲应用
 - 第六节 钻劲应用
 - 第七节 开合劲应用
- 第五章 六路钻拳初级训练
 - 第一节 头路中门劈砍
 - 第二节 二路边门劈砍
 - 第三节 三路撑打
 - 第四节 四路顺手牵羊
 - 第五节 五路磨身
 - 第六节 六路外撒柴
- 第六章 六路钻拳中级训练
 - 第一节 头路中门劈砍中级训练
 - 第二节 二路边门劈砍中级训练
 - 第三节 三路撑打中级训练
 - 第四节 四路顺手牵羊中级训练
 - 第五节 五路磨身中级训练
 - 第六节 六路外撒柴中级训练
- 第七章 六路钻拳实战训练
 - 第一节 头路中门劈砍应用技巧
 - 第二节 二路边门劈砍应用技巧

<<汤瓶七式与六路钻拳>>

第三节 三路撑打应用技巧

第四节 四路顺手牵?应用技巧

第五节 五路磨身应用技巧

第六节 六路外撒柴应用技巧

<<汤瓶七式与六路钻拳>>

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>