

<<实用散手道教程.散手道擒拿解析>>

图书基本信息

书名：<<实用散手道教程.散手道擒拿解析>>

13位ISBN编号：9787533729677

10位ISBN编号：7533729676

出版时间：2004-5

出版时间：安徽科学技术出版社

作者：杨维

页数：149

字数：127000

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>

<<实用散手道教程.散手道擒拿解析>>

内容概要

实用散手道教程之五·《散手道擒拿解析》，共分四个单元，20课，100课时，具体讲授散手道擒拿技术的基本概况以及筋脉擒拿、关节擒拿、穴位擒拿等20种技术方法的内容。

<<实用散手道教程.散手道擒拿解析>>

作者简介

杨维博士，1967年11月27日生于黑龙江省青冈县。

毕业于北京体育学院，中国当代武术名家，美国世界名人科学院武术博士。

现任国际武术散手道联盟副主席兼培训部主任，俄罗斯远东国立大学武术客座教授，黑七段，国际级武术裁判。

杨维博士自幼随父杨乃文学习杨氏八卦掌，少年时，在山东曾随少林释行山大师习练少林嫡传鹰派拳术，中学时，先后从师燕子费三学习少林拳术和软硬兵器，向孙军教师学习军警擒拿术，向苏海宽教师学习太极拳和武当八卦掌，向司效秋先生学习太极拳，青年时，入黑龙江省散手队，从师郭仪、张亚东、马雷、李永焕等老师学习现代散打、泰拳、空手道、国际军警制敌术和中国式摔跤，向加拿大全国空手道协会副主席育娃博士学习刚柔流空手道，同时接受了散手道概念，大学时，随师叔释行好学习滢林金刚硬气功，向李文彬老师学习形意拳，向姜兴权老师学习豹咀拳法，向罗广汉老师学习少林链子枪，向徐金胜老师学习八卦掌和鹰爪拳法，留学时，向梁守渝教授学习六合八法拳，向杨俊敏博士学习白鹤拳。

杨维博士不仅在国内外的各种武术比赛中，获得过许多金银铜牌以及其他荣誉，而且还在国内外很多武术刊物上发表过文章，以弘扬中国武术，他还先后出版了《少林金刚硬气功》《克敌决斗36鹰爪功》《抗暴制敌术》《保安防卫特技》等多部中英文版武术专著。

书籍目录

第一单元 擒拿概述 一、擒拿的基本概念 二、擒拿的基本分类 三、擒拿的基本要求 四、擒拿的基本要领 综合测试第二单元 筋脉类擒拿技术 第一课 手筋擒拿技术 第二课 腕筋脉擒拿技术 第三课 肩筋脉擒拿技术 第四课 肘筋脉擒拿技术 第五课 髌筋脉擒拿技术 第六课 膝筋脉擒拿技术 第七课 踝筋脉擒拿技术 第八课 颌筋脉擒拿技术 综合测试第三单元 关节类擒拿技术 第九课 指关节擒拿技术 第十课 腕关节擒拿技术 第十一课 肘关节擒拿技术 第十二课 肩关节擒拿技术 第十三课 颌关节擒拿技术 第十四课 髌关节擒拿技术 第十五课 膝关节擒拿技术 第十六课 踝关节擒拿技术 综合测试第四单元 穴位类擒拿技术 第十七课 头颈穴位擒拿技术 第十八课 躯干穴位擒拿技术 第十九课 上肢穴位擒拿技术 第二十课 下肢穴位擒拿技术 综合测试

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>