

<<陈氏太极拳剑刀>>

图书基本信息

书名：<<陈氏太极拳剑刀>>

13位ISBN编号：9787534821233

10位ISBN编号：7534821231

出版时间：2002-2

出版时间：中州古籍出版社

作者：陈正雷

页数：440

字数：344000

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>

<<陈氏太极拳剑刀>>

内容概要

太极拳是中华武术主要拳种之一，已风行海内外流布全世界陈正雷先生是陈氏太极拳嫡宗传人全国十大武术名师之一。

本书对陈氏太极的源流、发展及特点概述后，对拳理和拳论作了通俗性介绍，并分别把身体各部分的要求、手型、步型的特点作专项阐述。

此外，在拳术套路分解动作方面，除了运行路线、要点、要求外，又注明了呼吸、内劲运动及技击用法。

这样，初学者易于规范把握，对已有一定练拳基础的人，也有重要的参考价值。

本书为老架一路、单剑、单刀和推手的合编，至于老架二路和陈氏太极其他器械，将于以后整理出版。

。

<<陈氏太极拳剑刀>>

作者简介

陈正雷，男，1949年5月生，河南温县陈家沟人。8岁起即随其伯父、前中央国术馆名誉教授陈照丕及堂叔陈照奎习练陈式太极拳，历时30余载，有“太极金刚”之称。

现任河南省武术协会副主席、省武术管理中心副主任、河南太极健身培训中心总教练、国家武术高级教练、中国武协委员、中国当代“十大武术名师”之一。

主要著述有《陈氏太极拳械汇宗》、《十段功法论》、《太极拳内气浅谈与经络学说》等，部分著作已译成外文发行海外。

<<陈氏太极拳剑刀>>

书籍目录

第一编 太根拳概述 太极拳的源流、发展及演变 陈氏太极拳门规戒律 陈氏太极拳的特点 陈氏太极拳的健身与技击作用 陈氏太极拳对身体各部位的要求 陈氏太极拳的练习步骤与方法 陈氏太极拳的练功法则 关于图解的几点说明 陈氏太极拳的手型和步型 陈氏太极拳的基本动作及缠丝劲练习第二编 陈氏太极拳老架一路 陈氏太极拳老架一路简介 陈氏太极拳老架一路动作名称 陈氏太极拳老架一路动作图解第三编 陈氏太极单剑 陈氏太极单剑简介 陈氏太极单剑动作名称 陈氏太极单剑动作图解第四编 陈氏太根单刀 陈氏太极单刀简介 陈氏太极单刀动作名称 陈氏太极单刀动作图解第五编 陈氏太极推手法 陈氏太极推手概述 陈氏太极五种推手法 陈氏太极推手实用法举例第六编 陈氏太极拳散手用法 陈氏太极拳散手概述 陈氏太极拳散手用法举例第七编 太极拳内气浅论 太极拳内气与经络的吴系 太极拳内气的练习方法第八编 陈氏太极拳论 拳经总歌 太极拳经谱 太极拳拳谱 太极拳十大要论 用武要言和战斗篇 太极拳论分卖语录附录 附录一 陈氏太极拳家传略 附录二 作者履历简述

<<陈氏太极拳剑刀>>

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>