

<<太极正宗>>

图书基本信息

书名：<<太极正宗>>

13位ISBN编号：9787537730143

10位ISBN编号：7537730148

出版时间：2008-1

出版时间：山西科学技术出版社

作者：吴志青

页数：72

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>

## <<太极正宗>>

### 内容概要

《太极正宗》是老拳谱丛书之一。

本丛书影印的目的，旨在供各界武术爱好者鉴赏、研习和参考，以达弘扬国术，保存国粹，俾后学者不失真传而已。

原书大多为中华民国时期的刊本，作者皆为各武术学派的嫡系传人。

他们遵从前人苦心孤诣遗留之术，恐久而湮没，故集数十年习武之心得，公之于世。

丛书内容丰富，树义精当，文字浅显，解释详尽，并且附有动作图片，实乃学习者空前之佳本。

原书有一些涂抹之处，并不完全正确，恐为收藏者之笔墨。

因为着墨甚深，不易恢复原状，并且尚有部分参考价值，故暂存其旧。

另有个别字，疑为错误，因存其真，未敢遽改。

我们只对有些显著的错误之处和版面上的墨点等，做了一些修改的工作；对缺少目录和编排不当的部分原版本，我们根据内容进行了加工、调整，使其更具合理性和可读性。

## &lt;&lt;太极正宗&gt;&gt;

## 书籍目录

重版陆序重版自序杨澄甫十要著者之六要三有订正版序前言上编 太极拳理论与实际 一、武当正宗太极拳论 甲、太极拳为实用卫生之科学 乙、太极拳之各家架势异同说 丙、太极拳合生理八卦学说 丁、太极拳助长精气神说 戊、各家太极拳名称统计比较异同表 己、太极拳式数名称之研究 二、太极拳各个练习法 庚、方位图 辛、各段步位路线连环分图计分十二段(分排于每段之首页) 壬、各式姿势连环全图计分十二段(分排于每段之次页) 癸、各个练习法

第一段式数十二术名 1. 太极起式 2. 揽雀尾 3. 单鞭 4. 提手 5. 白鹤亮翅 6. 搂膝拗步 7. 手挥琵琶 8. 左右搂膝拗步 9. 手挥琵琶 10. 进步搬拦捶 11. 如封似闭 12. 十字手 第二段式数十三术名 13. 抱虎归山 14. 斜步揽雀尾 15. 肘底看捶 16. 左右倒撵猴 17. 斜飞式 18. 提手 19. 白鹤亮翅 20. 搂膝拗步 21. 海底针 22. 肩通背 23. 撇身捶 24. 上步搬拦捶 25. 进步揽雀尾 第三段式数三术名 26. 单鞭 27. 左右云手 28. 单鞭 第四段式数五术名 29. 高探马 30. 左右分脚 31. 转身蹬脚 32. 左右搂膝拗步 33. 进步栽捶 第五段式数十一术名 34. 翻身白蛇吐信 35. 上步搬拦捶 36. 蹬脚 37. 左右披身伏虎 38. 回身蹬脚 39. 双风贯耳 40. 左蹬脚 41. 转身蹬脚 42. 上步搬拦捶 43. 如封似闭 44. 十字手 第六段式数五术名 45. 抱虎归山 46. 斜步揽雀尾 47. 斜单鞭 48. 左右野马分鬃 49. 上步揽雀尾 第七段式数三术名 50. 单鞭 51. 玉女穿梭 52. 上步揽雀尾 第八段式数三术名 53. 单鞭 54. 云手 55. 单鞭下势 第九段式数十术名 56. 金鸡独立 57. 倒撵猴 58. 斜飞式 59. 提手 60. 白鹤亮翅 61. 搂膝拗步 62. 海底针 63. 肩通臂 64. 上步搬拦捶 65. 进步揽雀尾 第十段式数三术名 66. 单鞭 67. 云手 68. 单鞭 第十一段式数四术名 69. 高探马 70. 十字腿 71. 搂膝指挡捶 72. 上步揽雀尾 第十二段式数九术名 73. 单鞭下势 74. 上步七星 75. 退步跨虎 76. 转脚摆莲 77. 弯弓射虎 78. 上步搬拦捶 79. 如封似闭 80. 十字手 81. 合太极

<<太极正宗>>

章节摘录

插图：

## <<太极正宗>>

### 编辑推荐

《太极正宗》由山西科学技术出版社出版。

<<太极正宗>>

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>