

<<42式太极拳.剑>>

图书基本信息

书名：<<42式太极拳.剑>>

13位ISBN编号：9787810037297

10位ISBN编号：7810037293

出版时间：1999-10

出版单位：北京体育大学出版社

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>

<<42式太极拳.剑>>

书籍目录

目录

上篇 42式太极拳竞赛套路

第一段

- 1.起势
- 2.右揽雀尾
- 3.左单鞭
- 4.提手
- 5.白鹤亮翅
- 6.搂膝拗步（二）
- 7.撇身捶
- 8.捋挤势（二）
- 9.进步搬拦捶
- 10.如封似闭

第二段

- 11.开合手
- 12.右单鞭
- 13.肘底捶
- 14.转身推掌（二）
- 15.玉女穿梭（二）
- 16.右左蹬脚
- 17.掩手肱捶
- 18.野马分鬃（二）

第三段

- 19.云手（三）
- 20.独立打虎
- 21.右分脚
- 22.双峰贯耳
- 23.左分脚
- 24.转身拍脚
- 25.进步栽捶
- 26.斜飞势
- 27.单鞭下势
- 28.金鸡独立（二）
- 29.退步穿掌

第四段

- 30.虚步压掌
- 31.独立托掌
- 32.马步靠
- 33.转身大捋
- 34.歇步擒打
- 35.穿掌下势
- 36.上步七星
- 37.退步跨虎
- 38.转身摆莲
- 39.弯弓射虎

<<42式太极拳.剑>>

40.左揽雀尾

41.十字手

42.收势

太极拳竞赛规定套路动作路线示意图

附：太极拳竞赛服装规定

中篇 42式太极剑竞赛套路

第一部分 基本动作规格要求

1.手型

2.步型

3.步法

4.腿法

5.身型

6.身法

7.眼法

8.剑法

第二部分 竞赛套路

1.动作名称

2.动作说明

下篇 太极拳、剑竞赛规则

第一章 裁判人员及其职责

第一条 裁判人员的组成

第二条 裁判人员的职责

第二章 竞赛通则

第三条 竞赛性质

第四条 竞赛项目

第五条 名次评定

第六条 服装、进场、退场、套路计时

第七条 弃权

第八条 申诉

第九条 运动员比赛顺序的确定

第三章 评分标准与方法

第十条 太极拳、剑的评分标准

第十一条 其他错误的扣分标准

第十二条 评分方法

第四章 场地、器械的规定

第十三条 场地

第十四条 器械规格

第五章 太极拳主要动作规格和风格特点

第十五条 杨式、陈式、吴式、孙式、42式太极拳竞赛套路主要动作规格

第十六条 杨式、陈式、吴式、孙式、42式太极拳竞赛套路风格特点

第六章 太极剑主要动作规格和风格特点

第十七条 太极剑竞赛套路主要动作规格

第十八条 太极剑竞赛套路风格特点

<<42式太极拳.剑>>

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>