

<<杨式太极扇>>

图书基本信息

书名：<<杨式太极扇>>

13位ISBN编号：9787810514422

10位ISBN编号：7810514423

出版时间：2000-01

出版时间：北京体育大学出版社

作者：杨丽

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>

## <<杨式太极扇>>

### 内容概要

本书目录简介：第一章杨式太极扇概说；第二章杨式太极扇基本知识；第三章杨式太极扇套路。

## <<杨式太极扇>>

### 作者简介

#### 作者简介

杨丽 北京体育大学武术教研室副教授

1956年出生，1971年选入北京体育学院（现北京体育大学）青训队学习训练，师从于门惠丰教授。

1973年考入北京体育学院运动系，

1976年留校任教。

运动员期间，多次参加全国比赛，擅长太极拳及各种剑术，并取得优异成绩，1975年入选中国武术代表队访问埃及、土耳其、阿尔及利亚、摩洛哥、突尼斯等国。

任北京体育大学武术代表队教练以来，多次带队参加全国武术比赛，多次获得优异成绩。

1989年获得全国武术女子

团体赛冠军；1995年全国体育院校比赛获男、女团体冠军和女子全能冠军及多项单项冠军；1987年至1994年期间先后到意大利任教二年。

在教学中有较丰富的经验，被学校评为优

秀教练员和优秀教师；1999年以优异的成绩被教育部派往国外访问学者。

国家级裁判，多次参加全国武术重大比赛的裁判工作。

## <<杨式太极扇>>

### 书籍目录

#### 目录

#### 第一章 杨式太极扇概说

##### 第一节 扇文化和杨式太极扇

###### 一、扇文化

###### 二、杨式太极扇

##### 第二节 杨式太极扇的产生和演变

##### 第三节 杨式太极扇的性质和特点

###### 一、杨式太极扇的性质

###### 二、杨式太极扇的特点

###### (一) 刚柔之美的统一体

###### (二) 开合随意, 形态纷呈

###### (三) 鼓荡的扇声魅力

##### 第四节 杨式太极扇得到社会认可

#### 第二章 杨式太极扇基本知识

##### 第一节 扇器

###### 一、扇器结构

###### 二、扇器规格

##### 第二节 扇法

###### 一、握扇法

###### 二、开扇法

###### 三、抛扇法

###### 四、合扇法

##### 第三节 杨式太极扇的基本动作

###### 一、手型、手法

###### 二、眼法

###### 三、身型、身法

###### 四、步型、步法

###### 五、腿法

###### 六、平衡

##### 第四节 杨式太极扇套路结构特点

###### 一、内容充实, 高潮迭起

###### 二、编排新颖, 匠心独具

#### 第三章 杨式太极扇套路

##### 一、杨式太极扇动作名称

##### 二、杨式太极扇动作解说

###### 第一段 (1~19)

###### 第二段 (20~30)

###### 第三段 (31~43)

###### 第四段 (44~50)

###### 第五段 (51~65)

###### 第六段 (66~81)

##### 三、杨式太极扇动作路线图

#### 后记

<<杨式太极扇>>

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>