第一图书网, tushu007.com

<<武当太极剑>>

图书基本信息

书名：<<武当太极剑>>

13位ISBN编号：9787810516228

10位ISBN编号：7810516221

出版时间：2001-7-1

出版时间：北京体育大学出版社

作者：方弥寿

页数：78

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

第一图书网, tushu007.com

<<武当太极剑>>

内容概要

本书介绍了太极剑的特色，素有“太极腰、八卦步的赞誉”，是我国著名的剑术套路。
武当太极剑内容丰富，身法、步法、剑法灵活多变、技巧性、艺术性很高，需要有一定的武术和太极剑基础才能协调自如地掌握等内容。

第一图书网, tushu007.com

<<武当太极剑>>

书籍目录

1起势2丁步点剑3回身点剑4仆步横扫5右左平带6分脚领剑7叉步反拓8马步云抱9丁步夫剑10翻身崩剑11弓步下刺12独立上刺13仆步穿剑14蹬脚前刺15跳步平刺16转身平刺17行步穿剑18行步扣剑19弓步下刺20腾空跳刺21马步藏剑22回身反刺23虚反崩剑24独立上刺25撤步云斩26仰身架扫27转身回抽28并步平刺29行步朱剑30仰身朱剑31盖步按剑32跳步下刺33歇步压刺34虚步点剑35独立托架36弓步挂劈37歇步后刺38叉步云抱39虚步云抱40叉步平带41弓步平崩42提膝点剑43叉步反朱44丁步刺剑45丁步抱剑46行步穿剑47扣剑平刺48并步平刺49收势还原

第一图书网, tushu007.com

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