

<<醉中跌八仙>>

图书基本信息

书名：<<醉中跌八仙>>

13位ISBN编号：9787204010622

10位ISBN编号：7204010620

出版时间：2008-5

出版时间：内蒙古人民出版社

作者：范克平，范冠华 译著

页数：162

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>

<<醉中跌八仙>>

内容概要

醉中跌八仙，因其假托饮酒而醉的上八仙汉钟离、吕洞宾、韩湘子、曹国舅、何仙姑、蓝采荷、张果老、铁拐李八位神仙乱跌而成各种姿式所演练有关拳法，故名。

醉中跌八仙共有八套“母架”，而其中每一套“母架”又可划分出八个“子架”。

故《功家秘法宝藏》卷五《醉中跌八仙图说》中载曰：“醉中八仙八母架，一划则为六十四。

.....跳起身子须提劲，头扁胸背四肢跌。

”中国古代有“醉八仙歌”云；“醉者，醉也，号八仙。

头颈儿，曾触北周颠，两肩谁敢与周旋。

臂膊儿，铁样坚。

手肘儿，如雷电，拳似抵桂，掌为风烟。

膝儿起，将人掀，脚儿勾，将人损。

披削爪，掌肩儿当先。

身法儿，如狂如颠。

步趋儿，东扯西牵，好教人难留恋：入洞仙踪，打成个锦冠顾天。

”

<<醉中跌八仙>>

作者简介

范冠华，在校中学生。

其7岁随父范克平学练传统武术且尤以桶子炼丹之赤凤髓、白龙丸及神化五毒见长。

曾参加过由国家体育总局人民体育音像出版社《中华武术展现工程》系列教学片《中央国术馆传统武术科目精选套路》VCD的拍摄；其作品《百岁红军女战士的武术传奇》、《将军的书画缘》、《文武兼备的老八路》等人物专访在国内省级刊物连载后受到军、内外离休老干部及关心下一代协会的好评并被相关单位视为“对青少年进行革命传统教育的良好题材”。

<<醉中跌八仙>>

书籍目录

序前言上篇 基本功演练精图秘说 腰基本功第一前俯腰精图秘说之一 腰基本功第一左俯腰精图秘说之二 腰基本功第一右俯腰精图秘说之三 腰基本功第一摆腰精图秘说之四 腰基本功第一旋腰备架精图秘说之五 腰基本功第一旋腰右转精图秘说之六 腰基本功第一旋腰后转精图秘说之七 腰基本功第一旋腰仰转精图秘说之八 腰基本功第一旋腰左转精图秘说之九 腰基本功第一旋腰前转精图秘说之十 腰基本功第一下腰精图秘说之十一 腰基本功第一吊腰精图秘说之十二 腰基本功第一磨腰精图秘说之十三 腿基本功第二正压腿精图秘说之一 腿基本功第二侧压腿精图秘说之二 腿基本功第二反压腿精图秘说之三 腿基本功第二正俯腿精图秘说之四 腿基本功第二侧俯腿精图秘说之五 腿基本功第二反俯腿精图秘说之六 腿基本功第二侧抱腿精图秘说之七 腿基本功第二正搬腿精图秘说之八 腿基本功第二侧搬腿精图秘说之九 腿基本功第二反搬腿精图秘说之十 腿基本功第二十字半劈腿精图秘说之十一 腿基本功第二一字半劈腿精图秘说之十二 腿基本功第二支架十字叉精图秘说之十三 腿基本功第二支架一字叉精图秘说之十四 腿基本功第二十字全叉精图秘说之十五 腿基本功第二一字全叉精图秘说之十六 腿基本功第二垂腰十字叉精图秘说之十七 腿基本功第二俯腰一字叉精图秘说之十八 腿基本功第二正撕腿精图秘说之十九 腿基本功第二侧撕腿精图秘说之二十 腿基本功第二贴地一字耗腿精图秘说之二十一 下篇 行拳演练精图秘说后记

<<醉中跌八仙>>

章节摘录

插图：

<<醉中跌八仙>>

编辑推荐

《醉中跌八仙》武当嫡派功夫真传图说《功家秘法宝藏》！
明清宫廷侍卫教本！
民国中央国术馆全体生员必修科目！
一套嫡派单传武功秘籍，隐踪五百五十年之后，今朝脱颖而出。

<<醉中跌八仙>>

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>