

<<中国八卦太极拳>>

图书基本信息

书名：<<中国八卦太极拳>>

13位ISBN编号：9787204051410

10位ISBN编号：7204051416

出版时间：2001-4

出版时间：内蒙古人民出版社

作者：赵增福 编著

页数：326

字数：241000

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>

## <<中国八卦太极拳>>

### 内容概要

本书首次披露的“八卦太极拳”，社会上知道者少，甚为稀有，难得一见。它模拟10种动物特性，取类此象，理趣合一，形意具备，三盘兼顾，是太极拳大系中的奇观。其为典型的内功拳风格，古朴自然，功法纯正，不出偏差，是实实在在的珍宝。练太极拳使人怡情、进步；使人健康、长寿！

## <<中国八卦太极拳>>

### 作者简介

赵增福，字克安，1939年7月24日出生，陕西省西安市人，原西安电力高等专科学校工作，现已退休。1995年出版了《武当赵堡大架太极拳》一书，1997年代表赵堡太极拳正宗传人著成《中国赵堡太极》一书，并多次在《武当》、《中国太极拳》、《健身与生活》等杂志和一些报刊上发表太极拳技法理论等文章。

作者分别在美国、香港、北京、辽宁等地推广全民健身运动；多次举办太极拳训练班，从学者有国内外各界人士；在国际、国内的太极拳年会、研讨会、联谊会表演赛上展示身手、交流技艺。

现特聘为武当拳法研究会特邀研究员、西安市赵太堡太极拳学会会长、美国赵堡太极拳研究院名誉会长兼总顾问，中美文化交流促进会名誉会长兼会长兼总顾问，香港丽华太极健体会永远荣誉会长等职。

## <<中国八卦太极拳>>

### 书籍目录

第一章 八卦太极拳概述 一、八卦太极来源 二、八卦太极拳的演变 三、八卦太极拳简介 四、八卦太极拳特点 五、八卦太极拳的手型、步型和身型第二章 八卦太极拳动作图解、要领、用法及歌诀 一、八卦太极拳全体大用歌诀 二、八卦太极拳拳式名称顺序 三、八卦太极拳图解说明 四、八卦太极拳第三章 八卦太极拳推手 一、八卦太极拳推手的目的和意义 二、八卦太极拳推手与拳架的关系 三、八卦太极拳推手的形式和方法 四、八卦太极拳推手的特点 五、八卦太极拳推手的步骤 六、八卦太极拳推手九十八技法 七、八卦太极拳推手图解 八、八卦太极拳推手散手技击附一 《武术太极推手竞赛规则》附二 武术太极推手比赛仲裁委员会条例附三 作者经历简介附四 致读者

<<中国八卦太极拳>>

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>