

<<少林寺拳谱>>

图书基本信息

书名：<<少林寺拳谱>>

13位ISBN编号：9787215071445

10位ISBN编号：7215071448

出版时间：2010-2

出版时间：河南人民出版社

作者：释永信 编

页数：44

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>

<<少林寺拳谱>>

前言

少林寺武术文化博大精深，是世界文化遗产。

少林功夫拳械套路繁多，但都流传有序。

目前存在少林功夫套路练习不统一的问题，给训练和竞赛都造成了一定的困难。

这不排除以讹传讹的过错。

挖掘、整理、统一、规范少林功夫拳械套路是少林寺义不容辞的责任。

我寺组织人员，首先是对僧俗弟子及社会上的老拳师调查访问，对少林寺遗留下来的拳械套路进行挖掘整理。

2002年我寺又组织专业人员成立了少林武术工作室，对少林功夫套路进行专业的整理、统一、规范，为今后的少林功夫教学打下了良好的基础。

这些套路是一千多年来我寺僧人世代演习的套路。

所谓套路就是人们在长期的演习中，逐渐择其确切实用的招势编为定式，以便人们更好地练习。

套路之重要可见一斑。

《少林寺拳谱》将陆续出版少林寺流传下来的传统套路，这些套路是少林寺的真传，可以作为习少林功夫者的标准教材，为今后少林功夫套路竞赛及竞赛规则的制订打下了基础。

<<少林寺拳谱>>

内容概要

少林梅花刀系列是少林寺武僧释德根老师亲传之艺。
刀法别致，动作精练，不尚花招，注重技击。
运动起来要求步快手疾，刚劲有力，身械合一，形神兼备。
本书以中英文对照的形式，并配以图示，介绍了该刀法的套路。

这些套路是少林寺的真传，可以作为习少林功夫者的标准教材，为今后少林功夫套路竞赛及竞赛规则的制订打下了基础。

<<少林寺拳谱>>

章节摘录

插图：2.弹步亮势左脚向前半步，脚跟先起，脚尖滑地向后扒，屈膝后勾提起，脚掌向上；同时，右臂屈肘，右手上拢，目视左斜方。

（图2-1）右脚向前半步，重心前移，右脚跟先起，脚尖滑地后扒，屈膝向后提起，脚掌向上；同时，左手抱刀屈肘向前抬起，右手下放，右臂直伸，目视右斜方。

（图2-2）左脚向前半步，重心前移，左脚跟先起，脚尖滑地后扒，屈膝向后提起，脚掌向上；同时，右手屈肘上插，接着左脚滑地向前半步，目视左前方。

（图2-3）

<<少林寺拳谱>>

编辑推荐

《少林寺拳谱:三路梅花刀(英汉对照)》由河南人民出版社出版。

<<少林寺拳谱>>

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>