第一图书网, tushu007.com

<<杨式太极拳术述真>>

图书基本信息

书名：<<杨式太极拳术述真>>

13位ISBN编号：9787500917236

10位ISBN编号：7500917236

出版时间：1999-10

出版时间：人民体育出版社

作者：汪涌泉,魏树人,齐一

页数：285

字数：297000

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

内容概要

魏树人编著的《杨式太极拳术述真》的技艺构架由内功理法、行拳心法、拆架拆手、太极功法和内功劲法五部分组成。
这些内容是太极拳功夫在中级阶段由低到高、分层递进之阶梯。
书中记述有前人杨公健侯、杨公少侯和先师汪永泉口耳相传的行拳要诀，以及精辟独到的譬喻。
这些融太极大道到理于拳之精微的明言直语尽抒拳艺精髓，是从中华民族文化的深厚凝聚中升华出来的宝贵文化遗产，堪为吾等行拳之楷模。

第一图书网, tushu007.com

<<杨式太极拳术述真>>

书籍目录

第一章 内功理法
 第一节 内功理法释要
 第二节 八种劲法与混合劲法之招中术
 第三节 六十四种内劲练法
 第四节 松散通空释义
第二章 行拳心法
 第一节 拳架精义
  一、习拳阐要
  二、功法层次
  三、练拳宜静
  四、行拳理法
  五、七个进展阶段
  六、三层功夫进程
 第二节 拳架详解
  一、拳架名称
  二、歌诀、行拳心法与要点
   ·第一路（第1式-第5式）
   ·第二路（第6式-第7式）
   ·第三路（第8式-第10式）
   ·第四路（第11式-第13式）
   ·第五路（第14式-第17式）
   ·第六路（第18式-第22式）
  三、二十二式太极拳架连续动作图
 附：二十二式太极拳架运行路线示意图
第三章 拆架拆手
 第一节 拆架拆手释义
 第二节 单式拆手之招中术
第四章 内功修炼法
 第一节 太极功法说明
 第二节 太极功歌诀与修炼法
  一、炼神功法
  二、炼气功法
  三、炼意功法
  收功
第五章 内功劲法
 第一节 内功劲法说明
 第二节 内功劲法的运用
  一、点的运用
  二、六断架子
  三、上线与下线
  四、各种内功劲的走法
  五、九曲珠解
跋
后记

章节摘录

插图

编辑推荐

《杨式太极拳术述真(杨健侯秘传)》面世后，余陆续收到海内外读者的大量信函。
各省市太极拳爱好者不断登门造访，海外人士也陆续来京质疑问难。
中外朋友都希望进一步学习和探索这一门太极拳技艺，为了满足大家的要求，余不揆庸昧，在先师所传技艺的基础上，融合自己数十年学习、探索太极拳艺之所得，本着知无不言、言必由衷的精神，将这一门技艺的精华原原本本地告知所有太极拳的爱好者。

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