

<<八极拳珍传>>

图书基本信息

书名：<<八极拳珍传>>

13位ISBN编号：9787500927594

10位ISBN编号：7500927592

出版时间：2005-7

出版时间：人民体育出版社

作者：王世泉

页数：385

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>

## <<八极拳珍传>>

### 内容概要

王世泉的八极拳别具一格，用吴彬的话说这套八极拳是“从理论到实践都比较完整，既有大架、小架、劈挂、对练，又讲究八大招、六大开，内容涉及功力、实践、观赏、养生等诸多范畴。这本《八极拳珍传》师承清晰，忠实地总结前人的经验，结合自己练拳的实践，在原有基础上又有所创新与发展，为后人学练八极拳提供了一份不可多得的好教材，也为广大武术爱好者提供了一套健身宝典”。

我以为这番话极为准确地涵盖了世泉这本专著的特色。

习武要讲武德。

学武更应学做人。

## &lt;&lt;八极拳珍传&gt;&gt;

## 作者简介

王世泉，生于1948年1月，北京东直门外东坝河人。

现任中国武术协会委员，中国武术协会经济委员会委员，北京市武术协会副主席；北京武术院副院长；朝阳区武术协会副主席；北京华园武术培训中心董事长；北京市武协八极拳研究会会长；吴彬世泉北京国际武术俱乐部董事长；中国武术段位：七段。

自幼喜欢运动，在学校时曾为技巧队队员。

1965年和钱震，陈升，赵友，三人随大师兄刘殿仕学习八极拳（刘殿仕代鲍有声老师授徒）后多次到天津双街村拜访老师鲍有声，得到老师的亲自指导。

1978年初，把老师接到北京住在家里，除同纵师兄共同习武外，一早一晚都得到老师的亲自指导，寒暑不辍，在同老师学艺的过程中，深深地感到了中国武术的博大精深。

学习的主要内容有：金刚八式；六大开手；八极拳；八极小架；大劈挂掌，小劈挂掌；太极雷拳；太极软架；大架太极；八极拳对接；八极对劈挂；习练的主要器械有：大六合刀，小六合刀，万胜双刀，六合枪，月霞剑，青萍剑，月霞剑对练，震山棍，双钩等。

1983年10月18日在朝阳区体育场举办的武术比赛中，夺得拳术第一名，枪术第一名，同年11月13日，14日在北京市农民武术比赛中，夺得拳术第一名，对练第一名，枪术第二名，三项全能第一名，1992年10月11日在北京市传统武术比赛中，夺得枪术第一名，八极拳第二名，1993年7月4日，在北京市传统武术比赛中夺八极拳第二名。

## &lt;&lt;八极拳珍传&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 八极拳的历史渊源及传承情况第一节 八极拳的历史渊源第二节 八极拳的传承及代表人物  
一、吴钟二、李书文三、霍殿阁四、许兰洲五、许家福六、鲍有声第二章 八极拳的风格、特征及训练要求  
第一节 八极拳的风格特点第二节 习练八极拳的初级阶段第三节 习练八极拳的中级阶段第四节 习练八极拳的高极阶段  
第五节 八极拳的劲力第六节 八极拳的内功第七节 八极拳的练与养第八节 八极拳的主要特征第三章 八极拳的技术内容详解  
第一节 八极拳的基础功夫第二节 八极拳的辅助练习第三节 金刚八式第四节 八极小架（小八极拳）第五节 八极大架（大八极拳）第六节 六大开第七节 八极对接拳（对练）第四章 八极拳的器械简介一、六合大枪二、震山棍（行者棒）三、大六合刀（动作名称）四、小六合刀（动作名称）五、万胜刀（双刀）（动作名称）六、月霞剑（动作名称）七、青萍剑（动作名称）八、双钩（动作名称）第五章 八极拳与劈挂掌第一节 大劈挂掌第二节 小劈挂掌第三节 八极对劈挂（对练）第六章 雷拳（形拳）第一节 虎形第二节 龙形第七章 易筋经后记

<<八极拳珍传>>

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>