

<<大鸿拳>>

图书基本信息

书名：<<大鸿拳>>

13位ISBN编号：9787500928577

10位ISBN编号：7500928572

出版时间：2005-12

出版时间：人民体育出版社

作者：安在峰

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>

<<大鸿拳>>

内容概要

大鸿拳，ISBN：9787500928577，作者：安在峰编著；陈天龙演练

<<大鸿拳>>

书籍目录

一、大鸿拳概述二、大鸿拳手型步型 (一)大鸿拳的手型 (二)大洪拳的步型三、大鸿拳套路练法 1 . 预备势 2 . 三晃膀第一段 3 . 上步顺风捶 4 . 丁步掖手 5 . 弓步单鞭 6 . 震脚十字捶 7 . 倒步回马捶 8 . 丁步掖手 9 . 弓步单鞭 10 . 进步顺风捶 11 . 丁步双挑掌 12 . 弓步单鞭 13 . 提膝通天炮 14 . 摇膀单鞭 15 . 跬步搂撒势 16 . 马步双撑捶 17 . 十字捶 18 . 进步顺风捶第二段 19 . 四步撑掌 20 . 撤步打虎第三段 21 . 上步双撑捶 22 . 转身十字捶 23 . 抬腿拗步打捶 24 . 盘肘十字捶 25 . 抬腿拗步打捶 26 . 进步顺风捶第四段 27 . 侧纵身仆步抬腿 28 . 跬步十字捶 29 . 弓步斜撑捶第五段 30 . 丁步背捶 31 . 马步双撑捶 32 . 原地二起脚.....四、大鸿拳实战用法.....附录大鸿拳连续图谱

<<大鸿拳>>

编辑推荐

本书是根据大鸿拳大师张健在其家乡丰县传授的套路整理而成的。

全书内容共分四部分，第一部分为大鸿拳概述，第二部分介绍了大鸿拳的手型、步型，第三部分为大鸿拳单练套路，第四部分为大鸿拳的实战用法。

图文并茂，言简图晰，一读就懂，一看就会，练用均备，是一本难得的传统武术图谱，也是一本尚好的武术自学书。

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>