

<<史式八卦连环腿与指路拳>>

图书基本信息

书名：<<史式八卦连环腿与指路拳>>

13位ISBN编号：9787500931270

10位ISBN编号：7500931271

出版时间：2007-8

出版时间：人民体育出版社

作者：史乃健，王振山 著

页数：273

字数：210000

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>

<<史式八卦连环腿与指路拳>>

内容概要

中国传统之武术，是中华民族传统文化中的一颗璀璨夺目的明珠，在世界文化中是独有的。史式八卦掌是董公海川传授给史计栋的八卦掌的一系列拳械，尤其是董公为史计栋度身量体创编的八卦连环腿，集中了史计栋的精湛的腿法和八卦掌的奥妙。本书主要介绍了史式八卦掌的源流，史式八卦掌的特点和基本要求，史式八卦指路拳以及史式八卦连环腿法四章内容。

<<史式八卦连环腿与指路拳>>

作者简介

史乃健，男，1963年生于北京。
祖籍河北冀县小寨村。

幼年体弱多病，在家人的劝说建议下，于1975年开始随四祖父史富文（字景周，史计栋之孙）学习武术，练习家传之八卦掌，以求习武健身，后果然体格日益强壮。

从此一发而不可收。

在

四祖父亲自精心传授辅导下，勤学苦练，认真钻研八卦掌传承脉络，对八卦掌法、腿法、拳法、器械、功法的奥妙细心揣摩并有所体悟，坚持锻炼至今。

<<史式八卦连环腿与指路拳>>

书籍目录

第一章 史式八卦掌的源流 第一节 史式八卦掌的形成和发展 第二节 八卦掌宗师董海川生平简介
第三节 史式八卦掌创立人史计栋生平简介第二章 史式八卦掌的特点和基本要求 第一节 史式八卦掌的理论指导总纲 第二节 史式八卦掌的“五形” 一、龙形 二、虎形 三、蛇形 四、龟形 五、雁形 第三节 史式八卦掌的手型、步型、手法和腿法 一、主要手型 二、主要步型、步法 三、主要手法 四、主要腿法 第四节 董公遗留的歌诀和经典语录 第五节 八卦掌打法歌诀 一、手法打法歌 二、步法腿法歌 三、身法歌 四、交手歌 第六节 史式八卦掌经典语录摘要第三章 史式八卦指路拳 第一节 史式八卦指路拳概述 第二节 史式八卦指路拳谱 第三节 史式八卦指路拳动作图解 附：史式八卦指路拳运行路线图第四章 史式八卦连环腿法 第一节 史式八卦连环腿概述 第二节 史式八卦连环腿谱 第三节 史式八卦连环腿动作图解附录一 史氏世系表附录二 史计栋墓碑考实

<<史式八卦连环腿与指路拳>>

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>