

<<传统老架陈式太极剑-附送VCD>>

图书基本信息

书名：<<传统老架陈式太极剑-附送VCD影碟>>

13位ISBN编号：9787535041234

10位ISBN编号：753504123X

出版时间：海燕出版社

作者：李素玲，等编

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>

<<传统老架陈式太极剑-附送VCD>>

内容概要

《传统老架陈式太极剑》是在陈式太极拳基础上发展起来的器械套路，也是陈家沟流传最古老的器械套路之一。

此套太极剑系陈式太极剑传统老架，套路布局合理，衔接紧凑，动作刚柔相济，舒展大方，灵活多变，具有典型的陈式太极拳风格特点。

主要以劈、刺、撩、点、挂、抹、截、架、推、化、扫等剑法，并结合陈式太极拳舒展大方的身法，灵活稳健的步法。

体现出忽刚忽柔，忽隐忽现、沾粘连随、腾闪折空的变化。

其运动特点是刚柔相济、以身运剑、连绵不断、缠绕回旋、蓄发相变、快慢相间等，真正体现出陈式太极剑“剑如飞凤，又似游龙”，如行云流水绵绵不断的气势。

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>