

<<太极纯功>>

图书基本信息

书名：<<太极纯功>>

13位ISBN编号：9787535249630

10位ISBN编号：7535249639

出版时间：2012-7

出版时间：湖北科学技术出版社

作者：吴家新

页数：157

字数：150000

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>

<<太极纯功>>

内容概要

杨式综合老架一百零八式太极拳，原名“太极纯功”，是我国几千年优秀传统文化在武术上的集中体现。

魏心唐师祖说，这套太极拳是“保健的医生，疾病的克星，健康的种子，长寿的源泉”。

赵毓庭师父说：“该拳的习练方法是，以口令为拳架，以意念为生命，以技击为灵魂。”

这套太极拳要求以意领气，以气运身，内外相合，上下相随，周身一家，连绵不断，使气血更好地流畅和循环，从而达到防病治病，强体防身，德艺双修的目的。

<<太极纯功>>

书籍目录

一 室内太极拳

(一)室内太极拳动作分解和使用方法

(二)室内太极拳动作歌诀

(三)室内太极拳用法歌谣

(四)室内太极拳对练

二 二十四式太极拳

(一)二十四式太极拳动作分解和使用方法

(二)二十四式太极拳动作歌诀

(三)二十四式太极拳用法歌谣

(四)二十四式太极拳对练

<<太极纯功>>

编辑推荐

吴家新等编著的《太极纯功(附光盘室内太极拳二十四式太极拳)》简介：杨式综合老架一百零八式太极拳，原名“太极纯功”，是我国几千年优秀传统文化在武术上的集中体现。

魏心唐师祖说，这套太极拳是“保健的医生，疾病的克星，健康的种子，长寿的源泉”。

赵毓庭师父说：“该拳的习练方法是，以口令为拳架，以意念为生命，以技击为灵魂。

”这套太极拳要求以意领气，以气运身，内外相合，上下相随，周身一家，连绵不断，使气血更好地流畅和循环，从而达到防病治病，强体防身，德艺双修的目的。

<<太极纯功>>

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>