

<<即学即用的咏春拳实战绝技>>

图书基本信息

书名：<<即学即用的咏春拳实战绝技>>

13位ISBN编号：9787538171990

10位ISBN编号：7538171991

出版时间：2012-5

出版时间：辽宁科技

作者：梁旭辉

页数：154

字数：200000

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>

## <<即学即用的咏春拳实战绝技>>

### 内容概要

梁旭辉，现任佛山精武体育会和佛山市叶问研究会的会长，是中国著名功夫英雄霍元甲的第三代弟子，咏春拳一代宗师叶问则是梁旭辉的师公，梁旭辉的咏春拳师父是功夫巨星李小龙的师兄张卓庆，梁师父并且是完整得到张卓庆传授咏春功夫和养生方法的唯一中国徒弟。

梁旭辉师父习武近三十年，深造精武拳、叶问咏春拳、陈氏太极拳，并自创“风花雪月诗”五种兵器功夫，自成一派。

他的“无忧堂”功夫学校是环境非常优美的私人会所，同时“叶问咏春无忧堂”也是梁师父个人创立的商业品牌，包括加盟连锁的功夫学校和养生馆。

梁旭辉作为佛山精武国术学院院长，对各种功夫有非常深入的研究，而许多功夫团体的代表人物，亦是他的好友。

由梁旭辉师父编写的这本《即学即用的咏春拳实战绝技》将以图文并茂的方式为广大读者介绍咏春拳的实战绝技，分初级、中级和高级三个阶段介绍。

## <<即学即用的咏春拳实战绝技>>

### 作者简介

梁旭辉师父，现任佛山精武体育会和佛山市叶问研究会的会长，是中国著名功夫英雄霍元甲的第三代弟子，咏春拳一代宗师叶问则是梁旭辉的师公，梁旭辉的咏春拳师父是功夫巨星李小龙的师兄张卓庆，梁师父并且是完整得到张卓庆传授咏春功夫和养生方法的唯一中国徒弟。作为世界咏春联会的发起人之一，梁旭辉在咏春拳的故乡——中国佛山极大地促进了咏春拳的发展，因而在全球咏春界享有非常高的声誉。

梁旭辉师父习武近三十年，深造精武拳、叶问咏春拳、陈氏太极拳，并自创“风花雪月诗”五种兵器功夫，自成一派。

他的“无忧堂”功夫学校是环境非常优美的私人会所，同时“叶问咏春无忧堂”也是梁师父个人创立的商业品牌，包括加盟连锁的功夫学校和养生馆。

梁旭辉作为佛山精武国术学院院长，对各种功夫有非常深入的研究，而许多功夫团体的代表人物，亦是他的好友。

## <<即学即用的咏春拳实战绝技>>

### 书籍目录

推荐序

自序

第一部分 咏春拳，为实战而创的功夫

一、一场“蛇鹤斗”与咏春拳的诞生

二、叶问传奇

三、铁三角：“讲手王”黄淳梁、“终极战士”张卓庆与“功夫之王”李小龙

四、实战搏击是咏春的核心功能

第二部分 初窥门径——咏春实战技术初级篇

一、基本手法动作一触即发

问路手

圈马

标马

咏春拳七大实战搏击原理之“守中用中”

二、学会小念头就能打

应用一：摊手圈手冲拳

应用二：摊手按手杀颈

应用三：拍手横掌

应用四：拍手伏手底掌

应用五：膀手按手冲拳

应用六：按手顶手

应用七：膀手格手底掌

应用八：室手按手标指

咏春拳七大实战搏击原理之“直线攻击”

三、木人桩训练第一课

第一节

第二节

第三节

第四节

咏春拳七大实战搏击原理之“肘中枢”

第三部分 越战越勇——咏春拳实战技术中级篇

一、马稳腰活

坐马卸力

迫马食位

以退为进rr字马

咏春拳七大实战搏击原理之“内门外门”

二、寻桥：桥、脚、腰、马四合

应用一：膀手刺手杀颈

应用二：室手圈手按手正踢

应用三：托手擒拿

应用四：退步捌手正踢

应用五：拍手穿手杀颈迫马

应用六：迫马按手横掌

应用七：标手正踢斜撑

应用八：低膀手

应用九：破牌手

## <<即学即用的咏春拳实战绝技>>

咏春拳七大实战搏击原理之“寻桥换桥”

三、木人桩训练第二课

第五节

第六节

第七节

第八节

第四部分 无招胜有招——咏春拳实战技术高级篇

一、全身皆武器

标指

级肘、批肘、顶肘

凤眼拳

咏春拳七大实战搏击原理之“消打合一”

二、标指：逢空即入，双手互搏

应用一：窒手按手标指

应用二：膀手批肘

应用三：耕拦手

应用四：搵手踢脚

应用五：穿手连环标指

应用六：迫马按手横掌

应用七：格手制手杀颈

应用八：甩手护头

应用九：三分用脚奏奇功

咏春拳七大实战搏击原理之“平衡至上”

三、木人桩训练第三课

第九节

第十节

第十一节

第十二节

附录 叶问咏春之点脉

后记

<<即学即用的咏春拳实战绝技>>

章节摘录

版权页： 插图：

## <<即学即用的咏春拳实战绝技>>

### 编辑推荐

《即学即用的咏春拳实战绝技》以图文并茂的方式为广大读者介绍咏春拳的实战绝技，分初级、中级和高级三个阶段介绍。

## <<即学即用的咏春拳实战绝技>>

### 名人推荐

梁君为叶问公再传弟子，于咏春自有心得；而梁君亦为佛山精武体育会会长，夙负盛名，广结武林同道，于相观而善，如切如磋之际，自然学多识广。

是书之面世也，实为武林美事；初学者手执一本，进益良多，可以料焉。

——叶问宗师长子 八八老人叶准 中国武术举世驰名，为中国国粹之一；而咏春，更是中华文化当中不可多得的瑰宝。

在全球化的影响下，中国武术经常出现于各种电影或电视节目之中，更被欧美社会视为中国重要文化之一。

我辈有缘习得咏春拳，是上天的恩赐，理应回馈社会，并将咏春推广至全中国，乃至全世界。

梁旭辉师傅及佛山精武体育会为此一直不遗余力。

在此，谨祝梁旭辉师傅著作，一纸风行，名扬四海。

——世界咏春联席副主席 香港咏春联席主席《叶问》电影系列出品人——冼国林 我有幸主演一部能成功融合武术的电影——《叶问前传》，实在是获益良多。

该电影除了让我将中国武术推广给全世界外，还借此认识了一些对武术充满热忱的同道中人，而能文能武的梁旭辉师傅正是当中的佼佼者。

梁师傅今次以文字纪录了佛山咏春的文化、历史与展望，而且进行了全面详细的咏春技法的介绍与演示，让世人以另一种方式重新认识、学习、习练咏春，实在是不可多得！

——咏春推广大使《叶问前传》男主角——杜宇航 在拍摄《叶问前传》的时候，最令我难忘的事就是认识了梁旭辉师傅，在电影中，他饰演80年前的精武体育会会长，也饰演我的干爹。

而现实中，我所认识的梁师傅除了以行动宣扬咏春，现在更以文字支持这种中国武术，令我十分敬佩。

在此衷心希望梁师傅的新书能够继续宣扬咏春文化，同时亦希望那些对练习咏春有兴趣的朋友可以关注这本书。

——咏春推广大使《叶问前传》女主角——陈嘉桓



<<即学即用的咏春拳实战绝技>>

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>