

<<太极十三势述真>>

图书基本信息

书名：<<太极十三势述真>>

13位ISBN编号：9787811001631

10位ISBN编号：7811001632

出版时间：2004-7-1

出版时间：北京体育大学出版社

作者：王志忠

页数：198

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>

<<太极十三势述真>>

内容概要

本书内容包括：太极十三势概述、太极十三势的历史与渊源、太极十三势的基本法则、太极十三势的基本规律、太极十三势的基本要领、太极十三势的练功要求与步骤、太极十三势的养生保健效用、太极十三势的防犯自卫效用、太极拳左右三十二势、太极十三势传统套路、太极拳传统经典论述、跋等内容。

本书旨在为习练24式太极拳之后渐入太极佳境，又想要继续提高的太极拳爱好者们提供一本太极拳探究、学习、步步提高的读物，以使太极拳的真谛更多的为人们了解和喜爱。

<<太极十三势述真>>

书籍目录

1. 自序 2. 太极十三势概述 3. 太极十三势的历史与渊源 4. 太极十三势的基本规律 5. 太胡十三势的基本规律 6. 太极十三势的基本要领 7. 太极十三势的练功要求与步骤 8. 太极十三势的养生保健效用 9. 太极十三势的防犯自卫效用 10. 太极拳左右三十二势 1. 太极拳左右三十二势动作名称 2. 太极拳左右三十二势动作路线示意图 3. 太极拳左右三十二势动作说明 4. 太极拳左右三十二势连续拳照 11. 太胡十三势传统套路 1. 太极拳108势动作名称 2. 太极剑56势 3. 太极刀33势 4. 太极枪53势 5. 太极杆72势 12. 太极拳传统经典论述 1. 王宗岳《太极拳论》 2. 王宗岳《十三势歌》 3. 张三丰《行动口诀》 4. 武禹襄《打手要言》 5. 李亦畲《太极拳小序》 6. 李亦畲《五字诀》 7. 李亦畲《走架打手行工要方》 13. 跋 14. 参考书目

<<太极十三势述真>>

章节摘录

插图

<<太极十三势述真>>

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>