

# 《工字伏虎拳》

## 图书基本信息

书名：《工字伏虎拳》

出版时间：2011-12

作者：田文林

页数：159

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《工字伏虎拳》

## 内容概要

《工字伏虎拳(经典珍藏版)》工字伏虎拳，以步武进退成“工”字形，故名之。工字伏虎，腰马稳健，桥手刚动，法门紧密，进退有规。恒久练习，不必站马而腰马自坚，不必打桩而桥手自劲，基础既固，则习其他拳术武器，自易精纯。《工字伏虎拳(经典珍藏版)》主要内容包括：合脚离开一寸阔、两手揸拳藏在腰、抽上胸中一切出、反手抽拳对膊肩等。

# 《工字伏虎拳》

## 书籍目录

- 工字伏虎拳拳法秘谱
- 工字伏虎拳拳法分解
- 一、合脚离开一寸阔
- 二、两手揞拳藏在腰
- 三、抽上胸中一切出
- 四、反手抽拳对膊肩
- 五、横迫三株标串掌
- 六、沉肘一定指撑天
- 七、右手揞拳左用掌
- 八、吊脚收胸见礼谦
- 九、扭手收拳归原位
- 十、脚肘开马落四平
- 十一、抽拳在胸双切膀
- 十二、合掌分开定金桥
- 十三、一指三株抛肘手
- 十四、连抛三次有三匀
- 十五、四抛标串撑天指
- 十六、双抽双割一揞分
- 十七、出左吊右拉归后
- 十八、铲脚四平八分马
- 十九、子午连转单膀手
- 二十、一挑拧马千字落
- 二十一、抽手转身割归后
- 二十二、上马连变侧掌打
- 二十三、四平肘顶标串出
- 二十四、割手四平掌打正
- 二十五、一揞抽手转一分
- 二十六、出右吊左拉归后
- 二十七、铲脚四平马八分
- 二十八、子午一转右膀手
- 二十九、一挑拧马右千字
- 三十、抽手转身割归后
- 三十一、上马连出一侧掌
- 三十二、四平肘顶标串手
- 三十三、割手四平掌打正
- 三十四、一揞一抽转一分
- 三十五、出左踏右吊脚马
- 三十六、照镜手法爪三匀
- 三十七、带马归槽拉转后
- 三十八、猫儿洗面又三匀
- 三十九、带马扭身再拉后
- 四十、右脚一出子午马
- 四十一、前弓后箭双切膀
- 四十二、左上右落千字手
- 四十三、拉马抽拳双挂落
- 四十四、进马兜肘双虎爪
- 四十五、牛角一捶转通天

## 《工字伏虎拳》

- 四十六、回马抛肘上四匀
- 四十七、转身向后四平马
- 四十八、双膀切落合掌分
- 四十九、一指撑天三株出
- 五十、标串手法定金桥
- 五十一、双抽双割一捺分
- 五十二、蝶掌一迫分漏手
- 五十三、再掇蝶掌迫分漏
- 五十四、掇掌连环勾弹脚
- 五十五、斜风摆柳转车身
- 五十六、双膀切落起左右
- 五十七、一撇一划千字手
- 五十八、拉马抽拳双挂落
- 五十九、进马兜肘双虎爪
- 六十、牛角一捶转通天
- 六十一、坐马单桥捶进步
- 六十二、拉马一顶碌肘撇
- 六十三、回头蝶掌莫延迟
- 六十四、黑虎捶法连环打
- 六十五、蝴蝶一掌麒麟步
- 六十六、连环蝶掌步麒麟
- 六十七、右抽一拳连打出
- 六十八、左右连环一样同
- 六十九、转身单挂捶中出
- 七十、拉马转身挂打捶
- 七十一、向前挂打连环落
- 七十二、后脚一拉千字手
- 七十三、进马一捶顶肘出
- 七十四、分漏单挂转金龙
- 七十五、子午一掌虎尾脚
- 七十六、转身蛇形又抢珠
- 七十七、饭匙头起蛇摆尾
- 七十八、转身一跳碌鼓捶
- 七十九、出右攻迫左侧掌
- 八十、左马攻迫侧掌来
- 八十一、上右子午面膀手
- 八十二、千斤一坠铁门门
- 八十三、跳马猛弓射箭捶
- 八十四、勾弹一迫黑虎爪
- 八十五、退马金龙爪献来
- 八十六、转身一桥捶打出
- 八十七、吊脚缠枝一捶来
- 八十八、左右连环各一匀
- 八十九、蝶掌一掇分左右
- 九十、三星连环黑虎爪
- 九十一、转身一桥又一捶
- 九十二、收拳见礼须吊脚
- 九十三、扭手收拳一鞠躬

# 《工字伏虎拳》

# 《工字伏虎拳》

## 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：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)