

《吴式太极拳械精选》

图书基本信息

书名：《吴式太极拳械精选》

13位ISBN编号：9787810510691

10位ISBN编号：781051069X

出版时间：1996-08

出版社：北京体育大学出版社

作者：薛安日

页数：248

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

《吴式太极拳械精选》

内容概要

吴式太极拳械精选，ISBN：9787810510691，作者：薛安日编著

作者简介

作者简介

薛安日，男，1942年生，广州市人。现任广州市体育系统工会副主席兼广州市武术馆馆长、广州市武术协会常务副主席。

1972年5月，应邀担任广州太极拳辅导站主教练，开始了广东的太极拳群众普及工作，直至1986年。1984年，作为广州代表队的主教练兼队员，参加了武汉国际太极拳邀请赛，获得优异成绩。曾发表过《儿童少年的武术训练》等论文，出版了《中国正宗太极拳》录像带及《太极拳械300问》等著作，1995年被广东省体委评为“广东武林百杰”人物。

书籍目录

目录

上篇 吴式传统太极拳

一、吴式太极拳的风格特点

- (一) 身型
- (二) 步型
- (三) 手型

二、吴式太极拳的重点动作

- (一) 揽雀尾
- (二) 单鞭
- (三) 斜飞势
- (四) 搂膝拗步
- (五) 海底针
- (六) 撇身捶
- (七) 高探马
- (八) 披身
- (九) 踢脚或蹬脚
- (十) 打虎势
- (十一) 野马分鬃
- (十二) 玉女穿梭
- (十三) 下势
- (十四) 金鸡独立
- (十五) 迎面掌

三、吴式太极拳图解说明

四、吴式传统太极拳（100式）拳谱

五、吴式传统太极拳（100式）分解教学

中篇 吴式传统太极剑

一、吴式传统太极剑（92式）剑谱

二、吴式传统太极剑（92式）分解教学

下篇 吴式传统太极枪

一、吴式传统太极枪（24式）枪谱

二、吴式传统太极枪（24式）分解教学

《吴式太极拳械精选》

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