

《传统八卦掌.第一册》

图书基本信息

书名：《传统八卦掌.第一册》

13位ISBN编号：9787500921813

10位ISBN编号：7500921810

出版时间：2002-2

出版社：中国画报出版社

作者：朱宝珍

页数：485

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

《传统八卦掌.第一册》

内容概要

《传统八卦掌(第1册)》是传统八卦掌的第一册，由著名的武术大师朱宝珍先生所著。书中内容包括八卦掌的基本技术、八卦掌的基本掌法、八卦掌初级套路。《传统八卦掌(第1册)》内容全面，图文并茂，通俗易懂，具有较强的实用性，可供广大八卦掌爱好者参照、学习。

《传统八卦掌(第1册)》分为八卦掌的基本技术、八卦掌的基本掌法、八卦掌初级套路进行详细的讲解

《传统八卦掌.第一册》

作者简介

朱宝珍，1933年7月生于河北定兴县。自幼习武，后从师刘振麟、胡耀珍、何中祺、何中祥、张洪基等人，擅长二郎拳、五祖拳、形意拳、太极拳、昆仑拳、专攻程派和尹派八卦掌及各种器械。培养学生近千人，在国内外武术比赛中成绩优异。朱宝珍被载入《中国当代武术家辞典》《中国民间武术学名典》《当代武林录》等典籍。

书籍目录

前言

第一章 概述

第一节 八卦掌源流

第二节 八卦掌人物介绍

第二章 八卦掌的基本技术

第一节 八卦掌的基本技术动作

第二节 吸胯掌和推磨掌的形体姿势

第三节 行步形式和方法

.....

第三章 八卦掌的基本掌法

第一节 定势八掌（八势转掌）

第二节 硬（尹派）掌八势

第三节 柔（程派）掌八掌

.....

第四章 八卦掌初级套路

第一节 八卦掌初级一路

第二节 八卦掌初级二路

第三节 八卦掌初级三路

《传统八卦掌.第一册》

精彩短评

- 1、朱宝珍师承多位八卦名家，所著内容全面精到，为学八卦掌者必读。
- 2、内容不错；价格也实惠！就是配送不是很快

《传统八卦掌.第一册》

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