

《宫宝田八卦掌》

图书基本信息

书名：《宫宝田八卦掌》

13位ISBN编号：9787510053900

10位ISBN编号：7510053900

出版时间：2012-11

出版社：世界图书出版广东有限公司

作者：荣华丰

页数：203

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

《宫宝田八卦掌》

内容概要

“习八卦掌是在修德、修性、修心、养命，本身就是在修做人，一切求其自然，无一丝的勉强。”

宫宝田，即《一代宗师》中的宫宝森宫老爷子。荣华丰从小跟随宫宝田弟子刘炳锡学习太祖长拳、八卦掌，八卦掌练通后很快通得太极形意，并将通背拳、螳螂拳、醉八仙、戳脚等传统的优秀拳种与三大内家拳融为一体，形成了别具一格的武学体系。

荣华丰教传的宫宝田八卦掌以及太极形意拳术，授徒先习桩式，随加意念运用，讲求大松大柔，培育使用内劲。要求刻苦练习粘听之劲，由懂劲而渐轻灵入虚，练到高处身如游龙，有变化莫测之妙。

“武中出文才，文可生武道”，本书以浅白之言出深奥之义，其中记述了作者练功的历程和体会，可以窥见前辈武术家的待人接物、素养情怀。也首次公开了宫宝田内家功法的部分心法和秘诀，是不可多得的练功教材，对初学和有一定基础的练家都会有很大帮助和指导作用。

《宫宝田八卦掌》

作者简介

荣华丰，1956年生，辽宁本溪人。宫氏八卦掌第三代传人，吴氏太极拳第四代传人，布氏形意拳第三代传人。现居广州。

《宫宝田八卦掌》

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