

《散手道快跤秘法/实用散手道教程》

图书基本信息

书名：《散手道快跤秘法/实用散手道教程》

13位ISBN编号：9787533729660

10位ISBN编号：7533729668

出版时间：2004-1

出版社：安徽科学技术出版社

作者：杨维

页数：141

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

《散手道快跤秘法/实用散手道教程》

内容概要

《散手道快跤秘法》共分五个单元，20课，具体讲授散手道快跤概述、头肩类快跤技术、腰胯类快跤技术、手臂类快跤技术和腿足类快跤技术等20种技术方法的内容。

《散手道快跤秘法/实用散手道教程》

作者简介

杨维博士，1967年11月27日生于黑龙江省青冈县。毕业于北京体育学院，中国当代武术名家，美国世界名人科学院武术博士。现任国际武术散手道联盟副主席兼培训部主任，俄罗斯远东国立大学武术客座教授，黑七段，国际级武术裁判。

杨维博士自幼随父杨乃文学习杨氏八卦掌，少年时，在山东曾随少林释行山大师习练少林嫡传鹰派拳术，中学时，先后从师燕子费三学习少林拳术和软硬兵器，向孙军教师学习军警擒拿术，向苏海宽教师学习太极拳和武当八卦掌，向司效秋先生学习太极拳，青年时，入黑龙江省散手队，从师郭仪、张亚东、马雷、李永焕等老师学习现代散打、泰拳、空手道、国际军警制敌术和中国式摔跤，向加拿大全国空手道协会副主席育娃博士学习刚柔流空手道，同时接受了散手道概念，大学时，随师叔释行好学习滢林金刚硬气功，向李文彬老师学习形意拳，向姜兴权老师学习豹咀拳法，向罗广汉老师学习少林链子枪，向徐金胜老师学习八卦掌和鹰爪拳法，留学时，向梁守渝教授学习六合八法拳，向杨俊敏博士学习白鹤拳。

杨维博士不仅在国内外的各种武术比赛中，获得过许多金银铜牌以及其他荣誉，而且还在国内外很多武术刊物上发表过文章，以弘扬中国武术，他还先后出版了《少林金刚硬气功》《克敌决斗36鹰爪功》《抗暴制敌术》《保安防卫特技》等多部中英文版武术专著。

书籍目录

第一单元 快跤技术概述

- 一、快跤的基本概念
- 二、快跤的基本分类
- 三、快跤的基本特点
- 四、快跤的基本原则

综合测试

第二单元 头肩类快跤技术

第一课 枕靠摔技术

第二课 肩杠摔技术

综合测试

第三单元 腰胯类快跤技术

第三课 正背摔技术

第四课 斜背摔技术

第五课 胯崩摔技术

综合测试 <br

《散手道快跤秘法/实用散手道教程》

精彩短评

1、还好，可惜无连贯后续动作，就一招一式，变化少

《散手道快跤秘法/实用散手道教程》

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