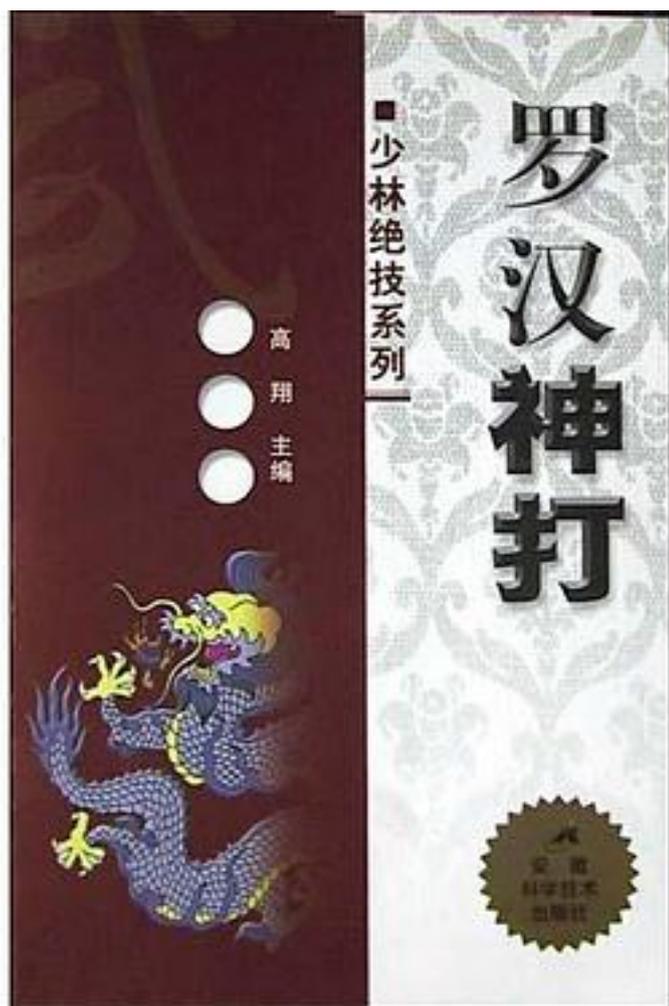


罗汉神打



[罗汉神打_下载链接1](#)

著者:高翔

出版者:安徽科学技术出版社

出版时间:2004-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787533728144

本书以技击法为主，着重介绍了“罗汉神打”，即长八手、短八手、明八腿、暗八腿、

脆八打、绵八打、刚八打、巧八打的招法。

作者介绍:

目录:《罗汉神打》目录:

第一章	少林罗汉拳概说
第一节	少林真传罗汉拳
第二节	罗汉拳大师——“金罗汉”妙兴
第三节	罗汉举名家——“江南第一脚”刘百川
第四节	罗汉拳要诀
第五节	罗汉门规
第二章	罗汉拳入门
第一节	手型
第二节	步法
第三节	桩型
第四节	开门法
第三章	罗汉神打单练习法
第一节	长八手
第二节	短八手
第三节	明八腿
第四节	暗八腿
第五节	脆八打
第六节	绵八打
第七节	刚八打
第八节	巧八打
第四章	罗汉神打实战法
第一节	长八手
第二节	短八手
第三节	明八腿
第四节	暗八腿
第五节	脆八腿
第六节	绵八打
第七节	刚八打
第八节	巧八打
第五章	罗汉功夫
第一节	舒筋活血功
第二节	罗汉蹲山功
第三节	罗汉排山功
· · · · ·	(收起)

[罗汉神打_下载链接1](#)

标签

三毛,儿童文学

评论

[罗汉神打_下载链接1](#)

书评

[罗汉神打_下载链接1](#)