

杨式太极剑



[杨式太极剑_下载链接1](#)

著者:张洁

出版者:北京体体育大学出版社

出版时间:2001-7-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787810516211

虽然太极剑历史不长，但它开展之广，影响之大，远远超过了太极刀、枪、棍、杆等器械，成为最受太极拳爱好者欢迎的器械项目。太极剑的健身性、艺术性、群众性已为事实肯定和群众接受。

《杨式太极剑》介绍的杨式五十六式太极剑，是我协助李天骥先生整理改编的传统套路。它进一步发扬了杨式太极剑的风格特点，同时使剑法更加规范明确，符合“武术竞赛规则”要求，动作造型也更具有艺术表现力。

作者介绍:

- 目录: 1.起势 (弓步前指)
2.三环套月 (丁步点剑)
3.大魁星式 (独立反刺)
4.蜻蜓点水 (提膝点剑)
5.燕子抄水 (仆步横扫)
6.左右拦扫 (左右平带)
7.小魁星式 (虚步撩剑)
8.燕子入巢 (仆步穿剑)
9.虎抱头 (虚步捧剑)
10.灵猫捕鼠 (跳步下刺)
11.黄蜂入洞 (转身平刺)
12.凤凰双展翅 (回身平斩)
13.小魁星式 (虚步撩剑)
14.太公等鱼 (虚步反刺)
15.拨草寻蛇 (左右下截)
.....
· · · · · (收起)

[杨式太极剑_下载链接1](#)

标签

评论

[杨式太极剑_下载链接1](#)

书评

[杨式太极剑_下载链接1](#)