

42式太极剑及其防身应用



[42式太极剑及其防身应用_下载链接1](#)

著者:何瑞虹

出版者:北京体育大学出版社

出版时间:2001-1

装帧:

isbn:9787810515641

《42式太极剑及其防身应用》包括：剑的概述；太极剑的基本要求；；四十二式太极剑

动作说明及图解；太极剑攻防技击原理及用法。

作者介绍:

目录: 第一章 剑的概述

- 一 剑的起源与演变
- 二 剑术的发展概述
- 三 近代剑术概况

第二章 太极剑的基本要求

- 一 身体各部位姿势要求
- 二 基本动作
- 三 剑的规格说明

第三章 四十二式太极剑动作说明及图解

- 一 四十二式太极剑动作名称
- 二 四十二式太极剑动作说明及图解
- 三 四十二式太极剑动作路线示意图

第四章 太极剑攻防技击原理及用法

- 一 太极剑攻防技击原理
- 二 四十二式太极剑攻防

• • • • • [\(收起\)](#)

[42式太极剑及其防身应用_下载链接1](#)

标签

评论

[42式太极剑及其防身应用_下载链接1](#)

书评

