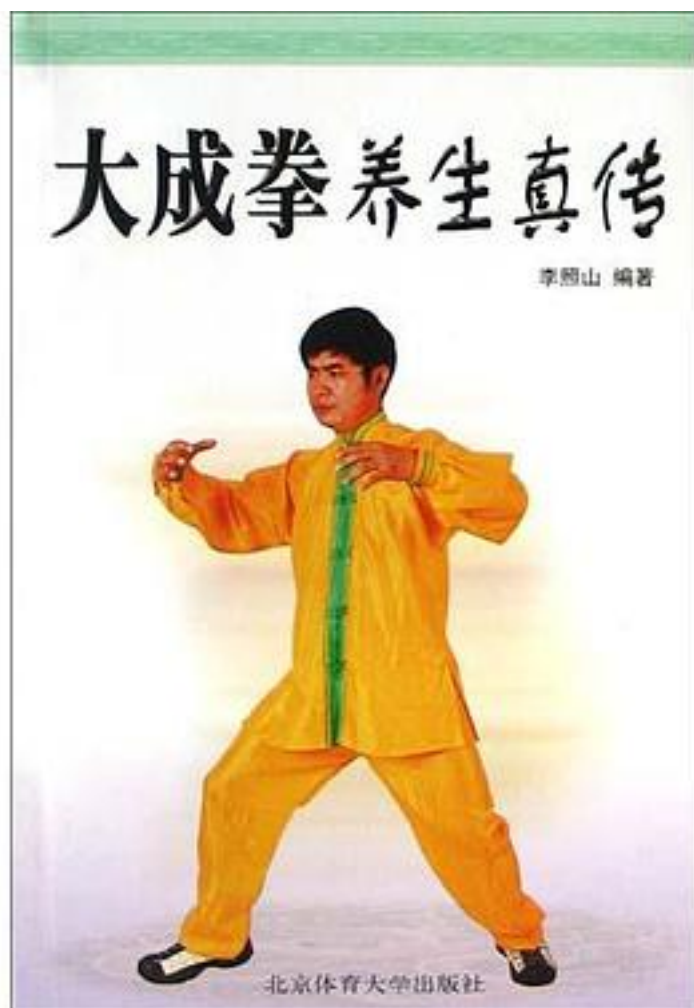


大成拳养生真传



[大成拳养生真传_下载链接1](#)

著者:李照山

出版者:北京体育大学出版社

出版时间:2004-8-1

装帧:平装(无盘)

isbn:9787811000528

大成拳的养生功法属于自养性内调功法，主要以静功为主，动静结合，内外兼修。

李照山，1955年出生于河南息县，师从王安平先生学习养生桩和五行动功，后拜大成拳实战名家王选杰先生为师，系统学练大成拳。

遵从王选杰先生注重武德、科学养生、强身健体、宏扬中华武术的教诲，多年来致力于大成拳拳学理论、搏击技术、养生功法等方面的研究教学工作。《精武》杂志曾刊发了《大成拳之魂——记大成拳名家李照山》、《走近李照山》等武术报告文学。中国教育电视台等13家电视台曾在“搏击擂台——人物风云榜”栏目中，对李照山先生进行专题报道。

作者介绍:

目录:

[大成拳养生真传_下载链接1](#)

标签

武术

评论

[大成拳养生真传_下载链接1](#)

书评

[大成拳养生真传_下载链接1](#)