

咏春拳木人桩



[咏春拳木人桩_下载链接1](#)

著者:韩广玖

出版者:

出版时间:2009-6

装帧:

isbn:9787537734417

木人桩是咏春拳独有的训练拳脚、手法、身法的器械。木人桩是将小念头、寻桥、彪指三套永春拳的攻法手法、步法、腿法融合在一起的一种模拟练习，它充分体现了永春拳的实路意识与技击方法。通过练习木人桩。可将永春拳的所有手法脚法揉合到自由搏击中去。拳论有云：化桥觅对手，有师更需求；无师无对手，镜与桩中求。《咏春拳木人桩》是关于介绍木人桩练习技巧的专著。

作者介绍:

目录:

[咏春拳木人桩_下载链接1](#)

标签

手 艺

健 身

健 康

评论

[咏春拳木人桩_下载链接1](#)

书评

[咏春拳木人桩_下载链接1](#)