

中华醉拳



[中华醉拳_下载链接1_](#)

著者:李建新

出版者:人民体育

出版时间:2010-2

装帧:

isbn:9787500937241

《中华醉拳》讲述了：醉拳是中华武术宝库里的奇珍异葩，历来被视为看家本领和秘传绝技。为了满足需求者的迫切愿望，繁荣武术文化市场，展现中华民族传统精粹的文化内涵，答谢广大读者朋友们的厚爱，笔者倾力在原著作的基础上作了重大调整和补充，增加了大众喜闻乐见、脍炙人口的醉技优秀套路、醉拳实用散打技术、功法理论、传统哲学、酒文化以及武医知识等内容，使《中华醉拳》成为融醉拳、醉剑、醉刀、醉枪、醉棍及醉拳散手技法等六大内容于一体的大型综合性全书，集中华武林醉技之大成，希望广大读者朋友们能一如继往地给予关心和支持。

作者介绍:

李建新，法号释行建，少林寺第32代俗家弟子。1967年出生于河南省长垣县，大专学历。中国武术七段、武术一级裁判员、拳师，新乡市作家协会会员，长垣县武协副秘书长，自由撰稿人。擅长传统拳、散打及理论研究。喜游历，好交友，崇佛教。曾荣获拳术、散打国际，国家，省市各级比赛优异成绩；出版《少林实用防身醉拳》《武术腿法集成》《九节鞭》3部专著；在《拳击与格斗》《搏击》《精武》《武林》《中华武术》《少林与太极》等诸多专业杂志及《大河报》《中国教育报》等发表文章200余篇。拍摄《中华佛教》《少林英杰》及《少林武术》等录影带。个人事迹载入《长垣县县志》《中国当代武术家词典》及《中国武术名人录》。

邮箱：yuantongjushi930@sina.com

QQ：741873412

目录: 第一章 源流 第一节 酒的起源 第二节 酒的持续发展与醉舞的形成 第三节 醉八仙拳与八仙的传说 第四节 酒对中国传统文化的影响和醉拳形成的探究 第五节 少林醉拳的传说第二章 风格与特点 第一节 突出“醉”字暗寓技击 第二节 象形取意，增加美感 第三节 醉拳对身体各部位的要求 第四节 醉拳对跌法的要求第三章 基本功训练 第一节 桩功 第二节 头功 第三节 拳法 第四节 眼法 第五节 肩胯法 第六节 身法 第七节 步法 第八节 腿法 第九节 地躺功 第十节 劲法 第十一节 战术第四章 辅助功法 第一节 柔韧性练习 第二节 内功 第三节 硬功 第四节 药功第五章 少林醉拳(中级套路) 少林醉拳套路图解第六章 少林醉剑(中级套路) 少林醉剑套路图解第七章 少林醉刀(中级套路) 少林醉刀套路图解第八章 少林醉枪(中级套路) 少林醉枪套路图解第九章 少林醉棍(中级套路) 少林醉棍套路图解第十章 少林醉拳实战技法 第一节 具备敏锐的目光——论观察 第二节 具备力学知识——论重心 第三节 具备攻击能力——论交手 第四节 从“三十六计走为上”谈防守反击技巧 第五节 踢法 第六节 打法 第七节 摔法 第八节 拿法 第九节 点穴法附录 如何看书自学武术 如何掌握文字叙述的顺序 如何把握方位规律 如何区分时问和节奏的表述 如何看待动作重点提示 如何看待动作的攻防注解 如何看光碟自学武术 如何掌握图片中的动态线 如何把握动作节奏 自学武术的步骤
· · · · · · ([收起](#))

[中华醉拳_下载链接1](#)

标签

武功

手
艺

评论

战术讲得很多，但还有种意犹未尽的遗憾，练法部分可以当成醉拳体系乃至武术的目录来看。

非常全。推荐！

[中华醉拳_下载链接1](#)

书评

[中华醉拳_下载链接1](#)