

# 中国双节棍



[中国双节棍 下载链接1](#)

著者:王宏心

出版者:

出版时间:2010-6

装帧:

isbn:9787564404420

《中国双节棍》共11章，上部套路精选5章，下部实战技法6章。通览全书，结构严谨

，层次分明，全面系统地阐述了中国双节棍技法套路和实战修习的全过程。其技法体系融合了古典兵器与现代双节棍流派之精粹，包罗万象，极尽变化。双节棍技术不可能一学就精，必须循序渐进地练习才能熟练地掌握，进而达到“一棍化万棍，万棍归一棍”的炉火纯青的境界。

需要特别指出的是，习练双节棍目的在于修炼自我，突破自我，而非成为施暴之帮手。

何谓棍道宁止戈为武，仁者无敌！弘扬中华民族的武德，以武会友，强身自卫，壮我中华！

作者介绍：

目录：

[中国双节棍 下载链接1](#)

标签

武术

评论

---

[中国双节棍 下载链接1](#)

书评

---

[中国双节棍 下载链接1](#)