

《武当剑》

目录

前言

总序

一、剑之形式及各部名称	(1)
1. 剑身	(1)
2. 剑尖	(1)
3. 剑锋	(1)
4. 剑刃	(1)
5. 剑脊	(2)
6. 护手	(2)
7. 剑柄	(2)
8. 剑鐔	(2)
9. 剑从	(2)
二、握剑方法及剑体方位的变动	(3)
(一) 握剑方法	(3)

(二)剑体方位的变动	(3)
1. 立剑	(3)
2. 平剑	(3)
3. 竖剑	(3)
4. 垂剑	(4)
三、武当剑法手位变动阴阳圈	(5)
1. 中阴剑	(5)
2. 少阴剑	(6)
3. 太阴剑	(6)
4. 老阴剑	(7)
5. 中阳剑	(7)
6. 老阳剑	(7)
7. 太阳剑	(7)
8. 少阳剑	(7)
四、武当剑之十三势剑法	(9)
1. 抽	(9)
2. 带	(9)
3. 提	(9)
4. 格	(12)
5. 击	(12)
6. 刺	(12)
7. 点	(12)
8. 崩	(12)

9. 搅	(17)
10. 洗	(19)
11. 压	(20)
12. 截	(20)
13. 劈	(22)
五、武当剑法要义及练法	(23)
练剑之基本	(23)
练剑之精神	(23)
用剑之要诀	(23)
心空歌	(24)
练剑歌	(24)
四法歌	(24)
分级练习法	(24)
对剑三角法	(25)
阴阳剑圈法	(27)
六、武当剑单练套路动作图解	(28)
武当剑术动作名称	(28)
预备势	(28)
1. 提手上势	(30)
2. 瞻望前程	(32)
3. 仙人指路	(35)
4. 平伏地锦	(35)
5. 白蛇出洞	(38)

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>