

二路华香

蔡龙云 编著

人民铁道出版社

124876



二路华拳

蔡龙云 编著



出版社

序 言

二路华拳，是一套既可以像“一路华拳”那样单打独练，又可以两人同时进行对练的拳术。它的内容结构是从搏斗的假设性来考虑处理的，因之它的特点是技击的使用方法表现得非常明朗。它在手法上，有冲、格、搥、拍、推、架、扣、遮、钩、摆、砍、夹、劈、挑、抓、揪等十六种；在腿法上，有踢、弹、扫、摆、钩、蹬、踩、踹等八种；除此，它还包含有中国擒拿术中的缠腕、切腕、卷腕、摔手、扭臂、别肩、扼喉、跪腿、按揪等腕部、臂部、肩部、颈部、腿部的各种拿法；以及中国地躺摔法技巧中的“扣腿挫骨”、“翻身别腿”等各种地躺的摔法。

这些技击的使用方法，在对打对拆的时候，由于它的多种变化，一方面说明了中国拳术法则的丰富，一方面也增加了我们的学习兴趣；而在单打独练的时候，这些使用方法则形成了上下肢的伸屈回环和摆动，使我们上下肢扩大了活动范围。例如“翻身别腿”的动作，在对打对拆中是两手扶地，用腿别住对方；而在单打独练中则是两手并不扶地的“摆莲”动作。从这里也就说明拳术套路的运动目的还是在干锻炼，技击的使用方法在单打独练中也还必须服从于锻炼的。

二路华拳，除了技击的使用方法较多之外，在内容上也

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/>