

内部资料
翻印必究

捷 实用 效果明显 防身自卫 游刃有余



无规则实用散手十日通



朴真拳学研究总会
实用武技教研组



学生在田间劳动
(某中学学生劳动队，为立校中事其作)
2. 01

十天！

十天！

十天自修、全程教习

按部就班，严格自律，你完全没有理由不成为生活的强者，社会的勇士!!!

成功将伴随着汗水和辛苦向你走来，希望实现梦想成真，朋友你去笑吧！欢呼吧！因为你已于十日前判若两人，对自己充满自信，不是吗！

目 录

一、听我对你讲……	3
二、全程追踪训练教程	11
三、结业测试	51
附：也谈临战精神气势	53
四、现身说法谈经验	56

听我对你讲……

这十日内我将教给你的是从张氏武技内提取出来的部分打斗技法。它的内容包括踢、打、摔、拿和部分功法体能训练：一天，张弘涛老师在给学生讲徒手格斗课余时，向学员们提及了张氏武技，引起了许多在场学员的兴趣，求知欲盛，于是我们便同张老师协商共同编写了这本简捷、实用、速成的内部资料，并独家推出。

张氏武技是朴真拳学创立者张弘涛老师家传的一门实用武技，也是朴真拳学的一个源，在张氏门中已传四世（张弘涛老师为四世传人），张先生曾祖为前清镖师，专门保皇镖，那时期匪盗猖厥，镖行竞争激烈，没有真功夫是绝对站不住脚的，张氏前之所以能挤身镖行全凭一身过硬的武功，做为镖师不但要拳脚功夫和兵械功夫出众，也要极精通其它武技，如暗器、轻功（轻身功夫）。过去北方的窗户为梭子孔式，据说张老师曾祖一捻大枪可以点破每一个窗孔，还有人见过有人将一尺长的橛子钉入墙中，老人家用大枪点扎在橛尾一搅便可将橛子拨出来，还有柱枪上房（类似现在撑杆跳）、换步上房，飞身过墙（有一丈高）等更是小菜一碟。张老师在其创立的朴真拳学中就继承了部分内容，如功法体系中部分辅助功法，格斗体系中缠斗，非常手段搏杀的暗器和轻身功夫。

张氏二传小锁公号“老魁”，自幼随父习武，后随父闯荡江湖，由于火器兴起，镖行萧条，小锁公即退隐归乡务农，从此不再涉足江湖，终生以练拳为趣，晚年时尚只身徒手擒匪盗两人，其中一人还落下终生残疾。

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/>