

7401115

编委会名单

顾问:张继修 门惠丰 冯志强 李秉慈 张希贵
李承祥 穆秀杰 刘玉萍 刘幼贞 徐其成
关铁云 刘志豪

主 编:张 山

副主编:陈正雷 李恩久 师景旺 黄康辉 谢业雷
邱建华 陈忠和 刘善民 赵顺田 洪 丽
莫少能 栗成群 苏立志 秦树明 赵 敏

编 委(以姓氏笔画为序)

马丽娜	马学智	计月娥	王华锋	王传保
王晓岗	冯秀茜	师江旺	孙祺章	刘劲夫
刘新志	刘书元	祁 英	陈 铭	李 静
李 斌	李文利	陈劲佟	李德润	邹映辉
苟孔杰	武元梅	张 杰	张 霞	张万强
张永明	张保杰	张保国	赵林燕	赵秋菊
原存龙	钟秉枢	梁 荣	梁剑锋	黄万年
黄菊芬	游仁安	温佐惠	彭 涛	霍东岩
霍瑞亭	颜 川	穆和平	穆胜利	

前 言

太极推手是太极拳运动的对抗形式，是太极拳传统练功方法之一，有广泛的群众基础。

为了继承发展武术的技击属性，遵照竞技体育的规律，由武术专家、教练员、裁判员进行了十多年的研究和试验，太极推手竞技运动终于在1994年被列为全国正式比赛项目。

编写此书的主要目的是为了总结多年来开展太极推手比赛、训练的经验，以推动这项运动的进一步发展。编写本书时，我们着重于推手运动员技术水平的提高，也兼顾了初学者的需要。并为推手教练员提供了一本良好的教材。

本书编写的主导思想是：

一、保持了传统性：书中的理论和技术训练方面，都注意吸收了传统推手中的有益内容，摒弃那些神秘玄虚的东西。推手竞技运动是在传统推手的基础上发展起来的，在技法上仍保留了“棚、捋、挤、按、採、搦、肘、靠”八种方法。

二、突出了竞技性：传统推手，注重体会懂劲和切磋技艺，不以胜负为主要目的。而今的太极推手比赛，则按竞技体育的要求制定比赛规则，以比赛胜负为主要目标，所以推手比赛人们称它为较技、较力、斗智、斗勇的对抗项目。

三、注重了科学性：本书介绍了推手运动员的选材办法；

心理训练的重要性；比赛规则中鼓励技术得分，并按体重分级比赛，使比赛更为合理；书中重点介绍了一套实践证明行之有效的训练方法。有些技术内容，在国内比赛中已取得了良好的效果。

四、强调武德修养：太极推手是一项对抗性强较激烈的竞技运动，全书内容体现了加强武德教育，注重武德修养。

本书在编写过程中，承蒙沈阳电缆厂、山东太极尚武俱乐部、河北大成文武学院和中国太行意拳研究会的大力支持，在此表示谢意。

作者希望本书的出版能为提高太极推手竞技水平作出贡献，但由于水平有限，书中缺点在所难免，恳请行家及广大读者指正。

编者

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/>