

少林功夫丛书

德 虔 编著

北京体育学院出版社



少林

刀 串 拳

少林豹窜拳

德 虔 编著

北京体育学院出版社

前 言

少林豹窜拳是清代少林寺著名武教头湛举和尚根据少林豹拳演化而创编的。此拳具有凶猛刚健、窜跳疾骤的特点，适于青少年演练。对于培养人的勇敢和斗志及实践防卫技能，有着特殊的意义。

本书是根据《少林拳谱秘抄》精心选编的。一至四路“少林豹窜拳”一向具有“流星窜群、打人神招”之称，在演练中必先熟练其基本功法，即刚、柔、疾、腾、跳、窜等动作，是练好此拳的基础。

近年来，要求学习少林豹窜拳的青少年朋友包括亲自到少林寺和来函的就达三万余人。为了满足广大武术爱好者的要求，特将永祥和尚在梵寺前撰抄的秘本整理、编写成册，奉献给读者，以供参考。为了帮助初学者学练，书中附有范图，并标有清晰的动作路线。

由于时间短促，水平有限，书中误处难免，敬请同道和读者指正为盼！

编著者

1988年12月于少林寺

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/>