

# 《陈氏太极双铜》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2009年06月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787535041432

## 编辑推荐

“陈氏太极双锏”是陈氏太极套路中的双器械之一，“双锏”多以打、压、砸、挡、戳等锏法为主，同时结合陈氏太极拳功法，编出来的双锏套路。此套路对练习太极拳的功架、周身协调一致有很好的帮助，同时也可以加强攻防意识。由于对身法的要求较高，所以要想练好此套路，必须有较好的拳术功架方可习练。

Double mace movements are mainly beating, pressing, pounding, blocking and poking. And it ' s created on the basis of Taijiquan. This form helps to improve the co-ordination of your whole body. It can advance your awareness of attacking. Due to its high requirement on body co-ordination, it is suggested that you learn it after mastering fairly good quan skill.

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

[更多资源请访问www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)