

# 《图解太极拳42式》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2009年01月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787533735524

## 内容简介

42式太极拳整套共有42个动作。从其技术构成而言，42式太极拳是以杨式太极拳的姿势和动作为基础，如起势时的数个动作及收势时的数个动作基本上都延续了杨式太极拳原有的练习方法和特点。在套路中间则采纳了不少其他流派的太极拳动作，如“开合手”和“右单鞭”是典型的孙式太极拳的内容；“掩手肱捶”和“\*分鬃”是陈式太极拳的代表动作；而“斜飞势”则是吴式太极拳的风格之一。42式太极拳另一个特点是考虑到左右动作的均衡性，如起势动作为“右揽雀尾”，收势动作为“左揽雀尾”，而在传统太极拳中一般是偏重一侧的。这样就使取材多家的42式太极拳的布局更合理、结构更严谨、内容更充实、锻炼更全面。

## 目录

42式太极拳的主要特点

42式太极拳动作名称

42式太极拳练法图解

怎样打好太极拳

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)