

# 《中国武术段位制系列教程——五祖拳（配教学光盘）》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2012年10月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装-胶订

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787040258219

## 内容简介

《中国武术段位制系列教程：五祖拳》是《中国武术段位制》五祖拳段位技术教程，由国家体育总局武术研究院组编，中国武术协会审定，围绕五祖拳段位技术考评内容和标准编写。主要内容包括五祖拳概述和一至六段段位技术的基本形态、单练套路、对打套路和拆招技法。

《中国武术段位制系列教程：五祖拳》是大众习练五祖拳，考取国家武术段位的规定考试用书。本书还可作为高等学校武术专业教材、大中小学武术教师培训教材和各级各类武术馆校教学用书。

## 目录

### 第一章 五祖拳概述

#### 第一节 五祖拳的历史沿革

#### 第二节 五祖拳的基本技法

##### 一、对人体静型技法的要求

##### 二、对人体动态技法的要求

##### 三、对整体运动技法的要求

##### 四、对攻防技法的要求

### 第二章 五祖拳段位技术图解

#### 第一节 五祖拳一段技术图解

##### 一、基本形态

##### 二、单练套路

##### 三、对打套路

##### 四、拆招

#### 第二节 五祖拳二段技术图解

#### [显示全部信息](#)

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)