

# 鹰爪门擒拿术



[鹰爪门擒拿术 下载链接1](#)

著者:张星一 著

[鹰爪门擒拿术 下载链接1](#)

标签

评论

内容详细，可操作性强，值得拥有。

物流很快，没一点磕痕，不错不错

可以这书看了看还得研究

非常适合喜欢

鷹爪拳本身就是擒拿的拳种。这本书介绍了人体的骨骼，肌肉和穴位，还有一些练习鷹爪拳的基本功练法。大部分的内容是介绍擒拿的方法，配有图片（照片）。练习时需要有同伴配合。值得拥有的一本好书。

不错不错，很实用，就是太难学了>o<

讲得很祥细，擒拿方面比较好的一本书

很好很好恶汉和哦汉和哦啊

售后很不错，快速反应，人性服务。

朋友要的，让他去折腾吧~

书很好，发货速度也很快，好评！

很好，挺好的，

很好，内容也好？

书本和图上的一致，服务还可以，比淘宝好很多。

评价需要十个字。。。。。

一般一般一般真的很一般。

想了解一下鹰爪门，所以买来翻翻……

书很好 提供发票 值得购买

鹰爪门擒拿术 不错不错

○ ○ ○ ○ ○ ○

写的一般般！没有想象的好哦！！

非常真实，好

武学书籍内容较充实，简单易懂

很好!!!!!!!!!

商品满意

还不错

前面手绘的基本功训练都很好，后面的照片多少还是差点意思。视觉上还可以改进。不过总体说，能用！

very good

，阅读了一下，写得很好，鹰爪翻子拳是少林拳、翻子拳、岳氏连拳、鹰爪拳的综合产物，所以，它有少林拳的快速刚健、翻子拳的闪翻和鹰爪拳的抓打、擒拿的综合特点。鹰爪门擒拿术对人体的麻筋、关节及要穴的位置和拿制方法，都作了详细的说明。麻筋，通神经，拿之可使全身或局部麻痹而受制关节，司机体之活动，被拿制可使肢体失灵要穴及人体之要害部位，被拿后非痛则痹。所以，练就此术，如遇敌时，即可巧快机警，举手投足之间，随意即可令人疼痛而致残。这也是此术秘不传外人的关键之所在。在此也诚劝练习此术者，要信守武德，慎之和之，不到万不得已，不能运用此术伤人损德。

很满意，会继续购买印刷精致得很工作之余，人们或楚河汉界运筹帷幄，或轻歌曼舞享受生活，而我则喜欢翻翻书、读读报，一个人沉浸在笔墨飘香的世界里，跟智者神游，与慧者交流，不知有汉，无论魏晋，醉在其中。我是一个穷书生，尽管在学校工作了二十五年，但是工资却不好意思示人。当我教训调皮捣蛋的女儿外孙子们时，时常被他们反问：你老深更半夜了，还在写作看书，可工资却不到两千！常常被他们噎得无话可说。当教师的我这一生注定与清贫相伴，唯一好处是有双休息日，在属于我的假期里悠哉游哉于书香之中，这也许是许多书外之人难以领略的惬意。好了，废话不多说。还可以，和印象里的有一点点区别，可能是我记错了书比我想的要厚很多，就是字有点小，不过挺实惠的，很满意！书非常好，正版的，非常值，快递也给力，必须给好评，就是感觉包装有点简陋啊哈哈不过书很好，看了下内容也都很不错，快递也很给力，东西很好物流速度也很快，和照片描述的也一样，给个满分吧下次还会来买！好了，我现在来说说这本书的观感吧，网络文学融入主流文学之难，在于文学批评家的缺席，在于衡量标准的混乱，很长一段时间，文学批评家对网络文学集体失语，直到最近一两年来，诸多活跃于文学批评领域的评论家，才开始着手建立网络文学的评价体系，很难得的是，他们迅速掌握了网络文学的魅

力内核，并对网络文学给予了高度评价、寄予了很深的厚望。随着网络文学理论体系的建立，以及网络文学在创作水准上的不断提高，网络文学成为主流文学中的主流已是清晰可见的事情，下一届的五个一工程奖，我们期待看到更多读了这本书之后，我发现作者在做班主任工作的时候也有很多的无奈，她曾经这样说过‘只有不会教的老师，没有教不好的学生’——在我看来，这句话和‘人有多大胆，地有多大产’有异曲同工之妙。我有在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论

---

## 书是真品，很好

宝贝非常不错，和图片上描述的完全吻合，丝毫不差，无论色泽还是哪些方面，都十分让我觉得应该称赞较好，完美！

书是正品，很不错！速度也快，绝对的好评，下次还来京东，因为看到一句话“女人可以不买漂亮衣服不买奢侈的化妆品但不能不看书，买了几本书都很好值得看”。在大家都说在京东买东西的时候，一直没在京东逛过。前一段时间帮老妈买电视盒，在京东买了一个，没什么问题，主要是快递很快。前几天又买了一个豆浆机，九阳的，买回来，用了几回，还不错。主要是不是我做，男朋友做，说挺不错。没有买亏。比超市便宜了200块。快递还是很快。但是感觉京东的快递服务要改进一下：选货到付款，明明说先验货，再给钱的。还好用的没什么问题，买了两次都还可以。像京东这么大的店，而且现在也有名气了，各种服务都应该做的完善一点，特别是快递，是和客户直接交互的。其实我也知道这是快递的问题不是京东的问题就是了，快递网上有的说的很可怕，将你的东西乱丢的，京东的还算不错了。通读这本书，是需要细火慢烤地慢慢品味和幽寂沉思的。亲切、随意、简略，给人洁净而又深沉的感触，这样的书我久矣读不到了，今天读来实在是一件叫人高兴之事。作者审视历史，拷问灵魂，洋溢着哲思的火花。人生是一段段的旅程，也是需要承载物的。因为火车，发生过多少相聚和分离。当一声低鸣响起，多少记忆将载入历史的尘梦中啊。其实这本书一开始我也没看上，是朋友极力推荐加上书封那个有点像史努比的小人无辜又无奈的小眼神吸引了我，决定只是翻一下就好，不过那开篇的序言之幽默一下子便抓住了我的眼睛，一个词来形容——“太逗了”。现在，京东域名正式更换为JD.COM。其中的“JD”是京东汉语拼音（JING

DONG）首字母组合。从此，您不用再特意记忆京东的域名，也无需先搜索再点击，只要在浏览器输入JD.COM，即可方便快捷地访问京东，实现轻松购物。名为“Joy”的京东吉祥物我很喜欢，TA承载着京东对我们的承诺和努力。狗以对主人忠诚而著称，同时也拥有正直的品行，和快捷的奔跑速度。太喜爱京东了。给大家介绍本好书《我们如何走到这一步》自序：这些年，你过得怎么样我曾经想过，如果能时光穿梭，遇见从前的自己，是否可以和她做朋友。但我审慎地不敢发表意见。因为从前的自己是多么无知，这件事是很清楚的。就算怀着再复杂的爱去回望，没准儿也能气个半死，看着她在那条傻乎乎的路上跌跌撞撞前行，忍不住开口相劝，搞不好还会被她厌弃。你看天下事情往往都是一厢情愿。当然我也忍住了各种吐槽，人总是要给自己留余地的，因为还有一种可能是，未来的自己回望现在，看见的还是一个人。好在现在不敢轻易放狠话了，所以总算显得比年轻的时候还有一分从容。但不管什么时候的你，都是你。这时间轴上反复上演的就是打怪兽的过程。过去困扰你的事情，现在已可轻易解决，但往往还有更大的boss在前面等你。“人怎么可能没有烦恼呢”——无论是你初中毕业的那个午后，或者多年后功成名就那一天，总有不同忧伤涌上心头：有些烦恼是钱可以解决的，而更伤悲的是有些烦恼是钱解决不了的。我们曾经在年少时想象的“等到什么什么时候就一切都好起来了”根本就是个谬论。所以，只能咬着牙继续朝前走吧。

## 书评

[鹰爪门擒拿术 下载链接1](#)