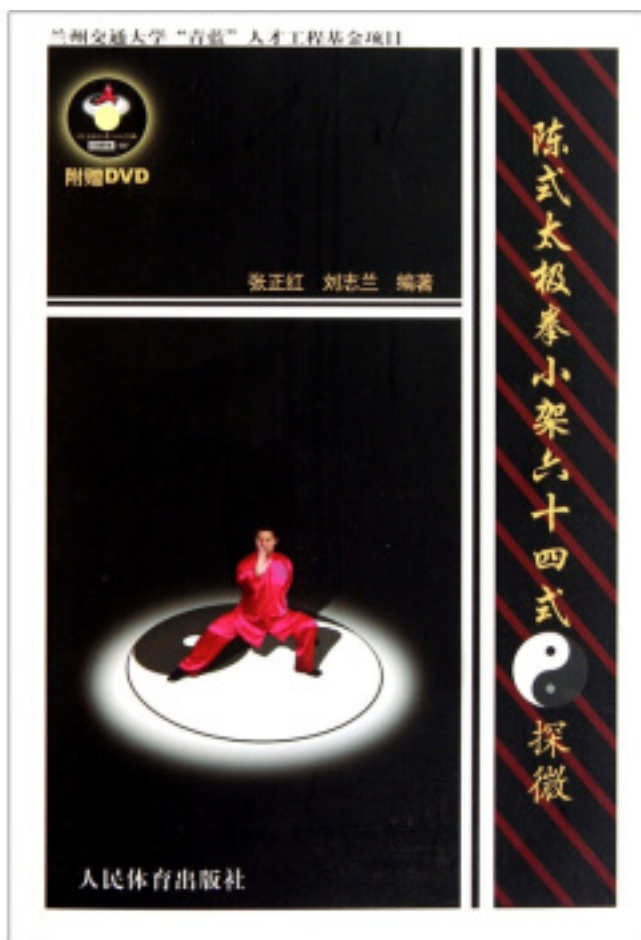


陈式太极拳小架六十四式：探微（附DVD光盘1张）



[陈式太极拳小架六十四式：探微（附DVD光盘1张）_下载链接1](#)

著者:张正红，刘志兰 著

[陈式太极拳小架六十四式：探微（附DVD光盘1张）_下载链接1](#)

标签

评论

太极拳全书很好 小架一般

包装好，价格比很多图书批发商的价格还实惠。

好东西，方便，方便 好东西，方便，方便

超级正版，超级好！感觉非常满意！

文字讲解详细，视频丰富生动，如同老师亲临讲解，谢谢老师！

陈鑫传下的64式 太极拳研究者不可少的武术资料。

正在研究中，很不错的一本书

附DVD演示光盘，是一本很实用的太极指导用书。

好书，好拳法，太极拳研究者不可少的武术资料。

书不错,送货速度也可以!

可以可以可以可以可以可以

优惠活动时所购，还没有看阅，感觉还可以。我学过马虹传陈式太极拳83式，近见网上

有篇《我学太极拳的不平凡经历》很火，说是小架才是原汁原味。故购来此书。

O
p《陈式太极拳小架六十四式：探E微》G分为动作分解、技击R理S解、内劲体会Y及Z注解几个部分，图文并茂，解说详

对太极比较感兴趣，买来看看

书还是不错，但是一定要身体力行，去用实践来体悟。

好功夫，就是没有线路图。

快递给力

高尔基先生说过：“书籍是人类进步的阶梯。”书还能带给你许多重要的好处。多读书，可以让你觉得有许多的写作灵感。可以让你在写作文的方法上用的更好。在写作的时候，我们往往可以运用一些书中的好词好句和生活哲理。让别人觉得你更富有文采，美感。多读书，可以让你全身都有礼节。俗话说：“第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让你感觉你知书答礼，颇有风度。多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书的好处古人云：“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。”可见，古人对读书的情有独钟。其实，对于任何人而言，读书最大的好处在于：它让求知的人从中获知，让无知的人变得有知。读史蒂芬·霍金的《时间简史》和《果壳中的宇宙》，畅游在粒子、生命和星体的

处境中，感受智慧的光泽，犹如攀登高山一样，瞬间眼前呈现出仿佛九叠画屏般的开阔视野。于是，便像李白在诗中所写到的“庐山秀出南斗旁，屏风九叠云锦张，影落明湖青黛光”。

很给力8的商品咯；多出个号书了

一只脚在传统派，吃饭的另一只在学院里。
练陈式的一道分水岭，就是弹抖劲。没感觉到很好的弹抖劲。遗憾。

很好

印刷精致得很对于有钱人来说，他们不在乎东西值多少钱，和女朋友在一起他们注重的是心上人的开心，和领在一起，他们在乎的是给领买些高贵的东西，指望着自己有机会高升，和小三在一起，我就不多说了，对于我们农村的孩子来说，我们希望物美价廉，不是我们想买盗版货，不是我们爱到批发部去买，也不是我们爱和小贩斤斤计较，是我们微薄的收入难以支付。总的来说购物本身是一个开心的过程，从中我们利用自己的劳动购买自己需要的东西。京东商城的东西太便宜了，所以我来买了。京东物流很快。书质量很好，也没有损坏。同桌说挺好的，她很喜欢，就是发的快递说发的其他快递，回来一看ems害的我，查不到物流。很喜欢的书，不过运送过程中包装能保护好一点就好了，一本的硬质封面上有个坑，不过塑封很完整，不错，包装仔细，发货及时，价廉物美啊好了，我现在来说说这本书的观感吧，坐得冷板凳，耐得清寂夜，是为学之根本；独处不寂寞，游走自在乐，是为人之良质。潜心学问，风姿初显。喜爱独处，以窥视内心，反观自我；砥砺思想，磨砺意志。学与诗，文与思；青春之神思飞扬与学问之静寂孤独本是一种应该的、美好的平衡。在中国传统文人那里，诗人性情，学者本分，一脉相承久矣。现在讲究“术业有专攻”，分界逐渐明确，诗与学渐离渐远。此脉悬若一线，惜乎。我青年游历治学，晚年回首成书，记忆清新如初，景物历历如昨。挥发诗人情怀，摹写学者本分，意足矣，足已矣。据了解，京东为顾客提供操作规范的逆向物流以及上门取件、代收货款等专业服务。已经开通全国360个大中城市的配送业务，近1000家配送站，并开通了自提点，社区合作、校园合作、便利店合作等形式，可以满足诸多商家以及消费者个性化的配送需求。为了全面满足客户的配送需求，京东商城打造了万人的专业服务团队，拥有四通八达的运输网络、遍布全国的网点覆盖，以及日趋完善的信息系统平台。所以京东的物流我是比较放心的。好了，现在给大家介绍两本好书：《婚姻是女人一辈子的事》简介：最实用剩女出嫁实战手册、婚女幸福宝典；婚姻不是最终归宿，幸福的婚姻才是真正目的；内地首席励志作家陆琪首部情感励志力作；研究男女情感问题数年，陆琪首本情感婚姻励志作品。作者作为怀揣女权主义的男人，毫无保留地剖析男人的弱点，告诉女人应该如何分辨男人的爱情，如何掌控男人，如何获得婚姻的幸福。事实上，男人和女人是两种完全不同的动物，用女人的思考方式，永远也了解不透男人。所以陆琪以男性背叛者的角度，深刻地挖掘男人最深层的情感态度和婚姻方式，让女人能够有的放矢、知己知彼，不再成为情感掌控的弱者。二、《正能量（实践版）》——将“正能量”真正实践应用的第一本书！心理自助全球第一品牌书！销量突破600万册！“世界级的演讲家和激励大师”韦恩·戴尔，为我们带来了这本世界级的心理学巨作！他在韦恩州立大学获得过教育咨询博士学位

，曾任纽约圣约翰大学教授，是自我实现领域的国际知名作家和演讲家。他出版过28本畅销书，制作了许多广播节目和电视录像，而且在数千个电视和广播节目中做过嘉宾访谈。本书跻身《纽约时报》畅销书榜数十周之久，在全球取得了极高的赞誉，曾激励数百万人走上追逐幸福之途。《正能量（实践版）》——内容最实用、案例最详实，10周改善你的人生！这本书是作者联合数十位科学家、心理学家，耗费十余年心力的研究结晶。通过一系列行之有效的方法，以帮助所有身处人生低谷、长期焦虑、沮丧、消沉、自我怀疑的人，过上幸福喜乐的生活。每一章都像一次心理咨询，详细论述了各种自我挫败行为，分析我们之所以不愉快、消极应对生活的原因，把人们日常生活中所暴露的性格缺陷（如自暴自弃、崇拜、依赖）和负面情绪（如悔恨、忧虑、抱怨、愤怒）逐条分析，揭开你最想知道的心理学真相，每章结尾都提供了简易的方法，使得你即刻改变恶行，拥抱新生。

今天刚刚拿到书，这本...谢倩霓1.谢倩霓写的意林重磅作家系列·小小小姐薄荷香女孩很不错，一对好友姐妹花初成长，从秀水小镇升学到神话般的蓝湖中学，跨越青春期少女最曲折的心灵地图，当坚持和善意在青春里直行，女孩的青春将无比美丽。重磅实力派作家谢倩霓，最新奉献清新少女治愈系成长小说。小镇女孩江荷和萧潇是一对要好的同班姐妹花，中考时她们双双被传奇的蓝湖中学录取。新校园满眼都是高大挺拔的树木、碧波荡漾的湖水，白色长椅的靠背像波浪一样卷曲着，每一处景色看起来都像一幅油画。当然。这里的同学也让她们开了眼界人人羡慕的漂亮女孩钱苏苏、王子一般的莫剑锋，还有家境困窘但心地善良的韩牧。一起开始全新生活的两个女孩因为性格不同，很快走出不同的轨迹萧潇因为床铺问题和钱苏苏大吵一架，甚至和整个寝室的人都闹翻。被大家孤立的她越来越不快乐，没过多久就离开蓝湖中学。回到了老家秀水中学。而像薄荷草一样坚强的江荷则坚持留了下来。面对一群家境优渥、出身良好的同学们。她也越来越陷于自闭中。还好这时隔壁班的女孩小吉和同样来自小镇的男生韩牧走入她的生活，让内心深处充满自卑的江荷慢慢地感受到友情的温暖。可接着传来萧潇回到镇上后出事的消息，这让江荷的心震颤不已而班上的文娱委员罗兰。因为跟人发生矛盾。竟然谋划报复，她打电话时。正好被江荷不经意听到。一系列意外接踵而来，薄荷女孩江荷决定用自己的善良和坚持，去帮助身边每一个朋友，同时也帮助自己完成性格上的蜕变我和萧潇坐在长途公共汽车站候车室漆着好看的白颜色的座椅上，一句话也不说。我们的对面，坐着韩牧，他剑眉紧锁，同样一言不发。我们还能说什么呢该说的都说了，可萧潇仍然选择离开。长途公共汽车站的候车室里，永远都是这样人声嘈杂，空气里永远都充满着若干种相互混杂又相互冲突的味道。我觉得自己的头开始晕起来了，我开始盼着扩音器里响起到秀水的旅客请进站的提示音。反正要走的，还不如快点结束这烦人的等待吧。秀水是一个小镇子的名字，是我和萧潇共同的家乡。而韩牧的家，还要从秀水镇进去很多里地，他在更里面的一个山村里。如果你坐车从这里出发，慢慢地，笔直的高速公路没有了慢慢地，宽阔的水泥路面也没有了慢慢地，车窗外开始出现一座又一座山峰。当路面变成了坑洼不平且只能对开两辆车的柏油马路，当山峰变成了连绵不绝、近在眼前的巨大屏障，当你的右手边出现了一条蜿蜒而浩荡的大河的时候，你就到秀水了。半个月以前，我们从那里出发，来到这座名叫蓝湖的城市。我们是到这里来念书的，到位于蓝湖市东北角的著名的蓝湖中学来念重点高中。半个月以前，我们是多么兴奋啊！我们占据了秀水汽车站那间小小的候车室最中心的位置。秀水汽车站的候

最近读了陈式太极拳小架六十四式探微附DVD光盘1张,读书的感觉真好
\\N\\N闲暇之余有人乐于下棋玩麻将有人喜欢打牌酗酒游山逛水余独爱书幼时即受恩师

的书中有黄金屋书中有颜如玉书中有盘中粟的教诲和熏陶以至于多年来一直对书情有独钟书桌上有之床头有之它简直成了我形影不离的伴侣

\\N\\N开卷必有益书籍是人类进步的阶梯书籍是人类智慧的结晶书籍是传播知识的载体书海浩瀚无边里面蕴藏着丰富的知识知识是开启理想之门的钥匙知识是无价的宝贵财富知识只有靠读书才能获得

\\N\\N读书的感觉真好读书是一种享受无论躺在床上随意浏览还是在办公室伏案书海畅游无论是在公共汽车上翻阅消遣还是在茶余饭后静坐捧读托腮沉思都会使你进入一种兴趣盎然不克言状的绝妙境界当心情愉快的时候读书它会带给你更加舒畅的惬意当心情消极悲观的时候读书它会唤起你对未来人生的热爱和美好生活的向往当你孤独寂寞时读书它就像佳人乍到给你送来了清新的问候和舒适的抚慰使你心胸顿时豁然开朗感到世界是那么美好人间是那么可爱

《陈式太极拳小架六十四式探微》分为动作分解技击理解内劲体会及注解几个部分图文并茂并茂解说详细既是陈式太极拳小架的体用全书也是作者多年来习练教授太极拳实践经验的整理与总结在理论分析训练手法技术探讨等诸方面都进行了深入的研究提出了新的见解和观点具有鲜明的创意特别是在套路练习与技击内劲修炼的有机结合和内在联系等一些被常人所忽视的习拳轨迹有明确的认识和较深刻的体会是一种新的突破具有指导意义

《陈式太极拳小架六十四式探微》既可作为初学者学习拳架所用也可作为学习技击和研究拳理者学以致用用的教材

\\N\\N读书的感觉真好读书可开阔视野明了天下之大事读书可陶冶情操使人心胸更加开阔读书可醒脑益智提高人的综合能力读书可豪情满怀使人精神更加振奋读书可泣人泪下它能净化人的心灵每读到一本好书就像他乡遇故知久旱遇甘霖一样另人心旷神怡从中获得宝贵的启示并能懂得人生的真谛及生活的意义

\\N\\N读书的感觉真好朋友多读书吧与我同乐\\N读书是一种享受生活的艺术五柳先生好读书不求甚解每有会意便欣然忘食当你枯燥烦闷读书能使你心情愉悦当你迷茫惆怅时读书能平静你的心让你看清前路当你心情愉快时读书能让你发现身边更多美好的事物让你更加享受生活读书是一种最美丽的享受书中自有黄金屋书中自有颜如玉

\\N\\N读书是一种提升自我的艺术玉不琢不成器人不学不知道读书是一种学习的过程一本书有一个故事一个故事叙述一段人生一段人生折射一个世界读万卷书行万里路说的正是这个道理读诗使人高雅读史使人明智读每一本书都会有不同的收获悬梁刺股萤窗映雪自古以来勤奋读书提升自我是每一个人的毕生追求读书是一种最优雅的素质能塑造人的精神升华人的思想

\\N\\N读书是一种充实人生的艺术没有书的人生就像空心的竹子一样空洞无物书本是人生最大的财富犹太人让孩子们亲吻涂有蜂蜜的书本是为了让他们记住书本是甜的要让甜蜜充满人生就要读书读书是一本人生最难得的存折一点一滴地积累你会发现自己是世界上最富有的人

\\N\\N书是灯读书照亮了前面的路书是桥读书接通了彼此的岸书是帆读书推动了人生的船读书是一门人生的艺术因为读书人生才更精彩\\N

[陈式太极拳小架六十四式：探微（附DVD光盘1张）_下载链接1](#)

书评

[陈式太极拳小架六十四式：探微（附DVD光盘1张）_下载链接1](#)