

大陸武者修行で得た、本場の練拳秘訣と身体文化

日本では学べない 太極拳の真髓

 (仮)

術理の核心は、
発祥地の生活・文化に
浸ってこそわかる!



約150万人の
日本の太極拳愛好者、
必読の一冊!

日本の武術修行者の中で、太極拳愛好者は特に多い。しかし、それぞれの武術には発祥した国や地域の風土・文化が大きな影響を与えており、術理の深奥を知るにはその地に渡ることが最善である。本書では、太極拳発祥の地、中国の陳家溝で内弟子修行に励んだ著者が、日本で稽古する人に向けて、本場の太極拳の術理、学び方を伝授する!

CONTENTS (抜粋)

- ◎生活の中で育まれる武術
- ◎姿勢を規矩とした太極拳の動作
- ◎“放鬆(ファンソン)”への理解
- ◎陳氏太極拳における陰陽のバランス
- ◎大地の力を得る“震脚”
- ◎“対練”で悟る太極拳の技法

著者 ◎ 安田 洋介 Yousuke Yasuda

1972年生まれ、京都府出身。1991年、中国・鄭州にて陳家溝四傑に数えられる陳正雷老師(陳氏第十九世)に教えを受け、その後、中国に渡って住み込みで陳正雷老師に学ぶ。1993年、第二回温県国際太極拳年会の器械の部(刀)優秀賞。1998年に帰国し、後進の指導にあたる。日本徳洋太極研修院代表。指導・監修DVDに『勁が分かる、勁が使える』『凄い推手、使える推手』(共にBABジャパン)など。

■著者：安田洋介 ■判型：A5判(並製) ■予定頁数：256頁 ■予価：本体1,600円+税

株式会社BAB ジャパン 〒151-0073 東京都渋谷区笹塚1-30-11 4・5F TEL 03-3469-0135

【書店様向けホームページ】<http://www.bab.co.jp/shop.html>

FAXでの注文はこちらへ ☎ 0120-190-162 (書店様FAX用注文専用フリーダイヤル)

E-mailでの注文はこちらへ shoten@bab.co.jp (書店様注文専用メールアドレス)

新刊申込書	書籍名	大陸武者修行で得た、本場の練拳秘訣と身体文化 日本では学べない太極拳の真髓(仮)		5月下旬 発売予定
		注文数	冊	
発行	委託	株式会社 BAB ジャパン 〒151-0073 東京都渋谷区笹塚1-30-11 4・5F TEL:03-3469-0135 FAX:03-3469-0162		