

武林絕殺
神招萬書

绝腿秘杀

居山 编著

绝腿秘杀



北京体育大学出版社

武林绝杀神招丛书

绝 腿 秘 杀

居山 编著

北京体育大学出版社

〔京〕新登字 146 号

责任编辑:李 飞

责任校对:静 明

责任印制:长 立

图书在版编目(CIP)数据

绝腿秘杀/居山编著. —北京:北京体育大学出版社,
1994. 10

(武林绝杀神招丛书)

ISBN 7-81003-870-2

I. 绝… II. 居… III. 腿击法(武术)—中国 IV. G852.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(94)第 13108 号

绝腿秘杀

居 山 编著

北京体育大学(北京体育学院)出版社出版发行
(北京西郊圆明园东路 邮编:100084)

新华书店北京发行所经销
3209 印刷厂印刷

开本:787×1092 毫米 1/32

印张:7

定价:6.60 元

1994 年 10 月第 1 版

1994 年 10 月第 1 次印刷

印数:7500 册

ISBN 7-81003-870-2/G·669

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

目 录

第一篇 地躺秘杀奇腿

- 一、劈雷滚地绝腿 (2)
- 二、致残剪腿 (15)

第二篇 低腿秘杀绝招

- 一、狂风卷柳拔根腿 (24)
- 二、殃打残林伤杆腿 (36)
- 三、飞沙走石伤元夺命腿 (50)
- 四、暗腿偷杀秘技 (64)

第三篇 中腿秘杀绝招

- 一、应敌绝杀神腿 (78)
- 二、救命绝杀腿 (93)
- 三、炸雷轰杀奇腿 (107)
- 四、暴风骤雨杀斗腿 (119)

第四篇 高腿秘杀绝招

- 一、疾杀绝命腿 (130)
- 二、追魂点踢腿 (147)
- 三、护身疯魔腿夺杀术 (157)

第五篇 连环腿秘杀绝技

- 一、狂飙连袭销魂腿 (164)
- 二、流星赶月连环腿追杀术 (180)
- 三、惊魂落魄的膝腿大连环 (185)
- 四、乱箭齐发克群制胜腿 (191)

第六篇 飞腿秘杀神技

- 一、霹雳风卷残云毙命腿 (204)
- 二、惊雷闪电夺命腿 (211)
- 三、鞭雷串炸绝命腿 (215)

第一篇

地 躺 秘 杀 奇 腿

在格斗中,双方动作是千变万化的。由于技术水平的差距或者在实战中出现意外等原因,一方被击倒、绊倒的情形时常出现,此时如善于使用地躺腿法,便可化险为夷,变被动为主动,出奇制胜。此外还有主动倒地攻击技术,这些都属于地躺秘杀术。

地躺秘杀术招法很多,大体包括蹬、踢、剪、绞、踹、勾、砸、缠、扫、抖、摆、挂等腿法。它们可以互相配合,使用灵活。

一、劈雷滚地绝腿

劈雷滚地绝腿是搏击者的必修之技,在格斗中常可借此反败为胜,尤其在对付持凶器暴徒时,不谙熟劈雷滚地绝腿就不能应付裕如。为此今开篇首先加以介绍,以供参考、使用。

(一)后倒蹬裆

当敌前上左脚一步,同时用两手向前抓我胸部衣襟时;我左脚后撤步,同时用双手抓握住敌两腕后倒下拉敌两臂(图 1-1)。我身体继续后倒,同时用左脚向上蹬击敌裆部(图 1-2)。

效果:可使敌裆部受伤,使其向后摔于地。

要领:抓敌双腕要牢,倒地时先蹲身下坐接着后倒,倒地同时用左脚向上蹬击敌裆,蹬击迅猛、有力,力达脚跟。



图1-1

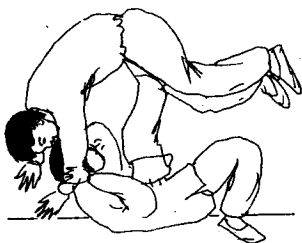


图1-2

(二)后倒踢头

当敌由我身后前上右脚一步,同时用双手搬我两肩后拉时;我顺势向后坐于地上(图1-3)。紧接着,我顺势后倒,同时用双脚向上、向后踢敌头部(图1-4)。

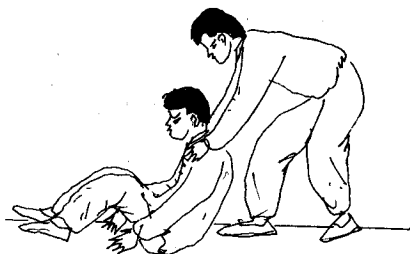


图1-3

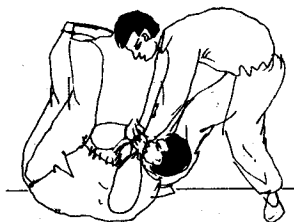


图1-4

效果:可使敌头部损伤,而致其脑震荡或死亡。

要领:下坐要及时,后倒要顺敌搬肩之劲,向上、向后踢双

脚与后倒要一致，踢击要快速、猛烈、准确、有力，力达两脚尖。

(三)后倒蹬胸

当敌右脚向前一步，同时用右直拳向我胸部击打时；我速用右手刁抓住敌右腕，回领，同时主动向后倒地(图1-5)。紧接着，我后倒地的同时，用右脚向上蹬击敌胸部(图1-6)。

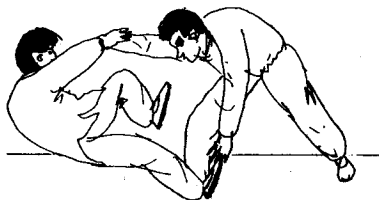


图1-5



图1-6

效果：可使敌胸部受伤，使其心脏受损，影响心跳，而致其身亡。

要领：刁抓腕要及时，领臂后倒要一致，倒地要快速，蹬击敌胸要猛烈、准确、有力，力达脚跟。

(四)后倒勾蹬

当敌前上左脚，同时用左拳向我胸部击打时；我速用左手接握住敌左腕，回领，同时向后倒地，用左脚勾住敌左脚后跟(图1-7)。紧接着，我用右脚蹬击敌左腿胫骨(图1-8)。

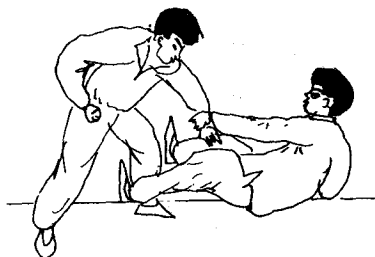


图1-7

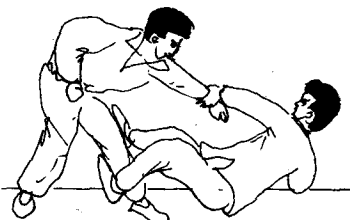


图1-8

效果:可使敌腿胫骨挫断,失去攻击能力。

要领:接抓敌左腕要及时、准确,后倒要主动,后倒与领臂要一致,挂敌左脚跟要牢固,勾挂、蹬击要同时,蹬击敌胫骨要迅猛、有力。

(五)后倒挡踢

当敌将我摔成后倒地,双手抓我右腕上提并欲提右脚向我胸部踩击时(图1-9);我速屈右膝挡住敌右脚的下踩击(图1-10)。紧接着,我左手抓握敌右腕回领向下拉,同时用左脚向上、向右踢击敌右耳门部位(图1-11)。

效果:可防敌右脚踩胸,踢击敌头可使敌头部受伤,造成头晕耳鸣,甚至死亡。

要领:屈膝挡腿要及时、准确,下拉敌臂抓腕要快,左腿踢击敌右耳部要准确、迅速、迅猛、有力,力达脚面。

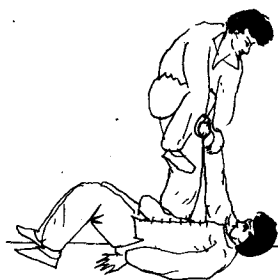


图1-9

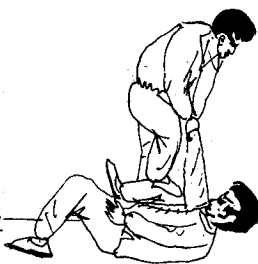


图1-10



图1-11

(六)后倒撞膝

当敌前上左脚一步,同时双手抓我右腕外拧我右臂时,我就势向后倒地(图1-12)。紧接着我左手抓敌右腕下拉,同时用左膝向上、向右横撞敌右耳部(图1-13)。

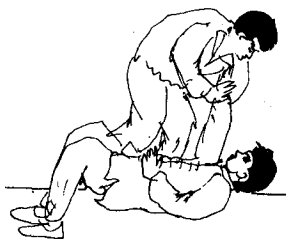


图1-12

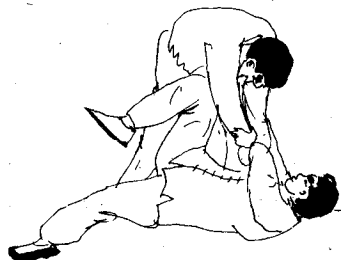


图1-13

效果:可缓解其拧臂之苦,用膝反击可使其头部受伤,或死亡。

要领：后倒要顺其拧臂之劲，拉臂向下用力，撞击敌头要快速、准确、猛烈、有力，力达膝端。

(七)后倒后蹬

当敌左腿支撑身体，同时用右腿向我胸部蹬击时；我左脚在前，速用两臂抄抱住敌右腿(图1-14)。我借敌蹬腿之力向后倒地，同时用左腿向后蹬击敌裆(图1-15)。

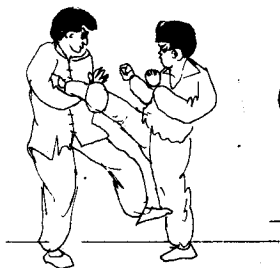


图1-14

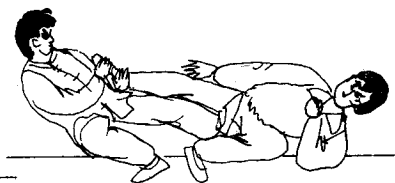


图1-15

效果：可使敌攻击腿失效，而致敌裆受伤或致其伤亡。

要领：抄抱敌右腿要及时，后倒要主动，蹬裆要准确、猛烈、有力，力达脚掌。

(八)后倒顶膝

当敌将我后摔倒地，骑坐于我腹上，左手按我胸，举右拳欲向我胸部砸击时(图1-16)；我速屈左膝向敌臀部猛撞狠顶(图1-17)。

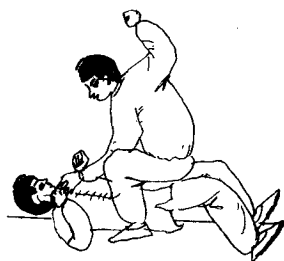


图1-16

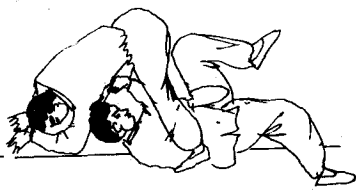


图1-17

效果:可使敌向前倒,而解被骑砸胸之危。

要领:撞膝要突然、猛烈、有力,敌向前倒时,双手注意向上、向后推敌胸、腹,以防敌倒趴在我脸上。

(九)后倒夹颈

当敌将我向后摔倒于地,由裆前向我喉颈部欲用卡掐时;我速用两手抓住敌两腕向外、向下拉,解脱其掐喉之危(图1-18)。紧接着我两腿向上举,并用两小腿向里夹击敌颈(图1-19)。

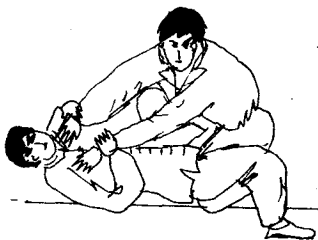


图1-18

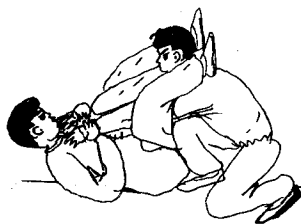


图1-19

效果:可使敌颈总动脉受伤,而致其头部供血不足,使其头部缺氧而致死失去反抗能力。

要领:下拉敌腕要及时,两腿夹击敌颈要紧狠、有力。

(十)后倒双蹬

当敌将我向后摔倒于地,敌向我扑压而来时;我双手上托敌胸顺其扑劲向后托(图1-20)。紧接着,我用双脚向上、向敌裆部猛蹬,将其向后摔出(图1-21)。

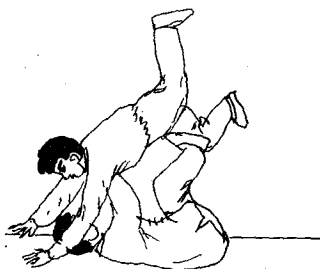


图1-20

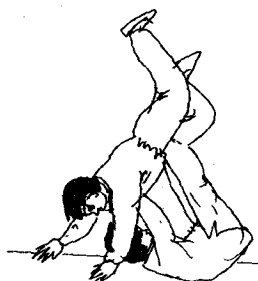


图1-21

效果:可使敌裆部受伤而致其死亡。

要领:双手上托敌胸借其劲,双脚上蹬敌裆要快速、准狠、有力,力达两脚掌。

[附]后倒练法

动作方法:由左实战步开始,向后滚动倒地,上体成球形。左腿屈膝上提,脚尖上勾,当背部接触地面时,左脚向上猛蹬,右脚用力蹬地,回视左脚。

动作要点:滚动倒地,蹬腿有力。

练习方法:做后倒动作每日做 10 组,10—20 次为 1 组。然后再仰卧做单(双)脚蹬击假人练习,每日 10 组,10—20 次为一组。

(十一)侧倒踹腿

敌将我向右侧摔倒地,欲向我扑来时(图 1-22);我迅速用左腿挂住敌右腿,同时用右腿向敌左膝部踹击,使敌后倒(图 1-23)。



图1-22

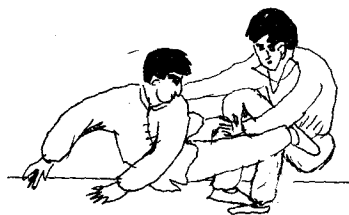


图1-23

效果:可使敌腿挫断,失去反抗能力。

要领:挂腿要牢,踹腿要快速、准确、猛烈、有力。

(十二)侧倒勾踹

敌前上右脚一步,同时用右侧冲拳向我左肋部击打时;我主动向右侧倒地,同时用左腿勾挂住敌左腿,右腿屈膝准备踹击(图 1-24)。紧接着,我用左脚向敌左小腿内侧踹击(图 1-25)。

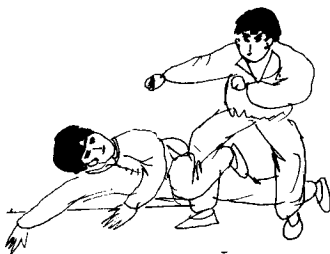


图1-24

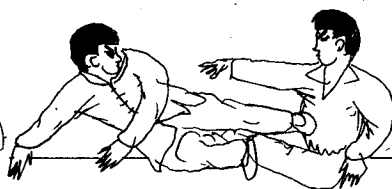


图1-25

效果:可使敌腿挫伤,腿胫骨折断或致其后倒。

要领:侧倒要及时,伸腿勾挂敌腿要快速,勾挂腿要牢固,踹击敌腿要有力,勾踹要一致。

(十三)侧倒铲腿

我右单盘腿坐于地上;敌左腿支撑身体,用右腿向我左头侧踢击(图 1-26)。我速向右侧倒地,躲开其腿,同时用左腿向敌左腿用力铲击(图 1-27)。

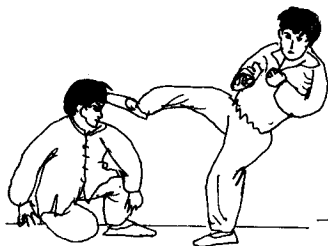


图1-26

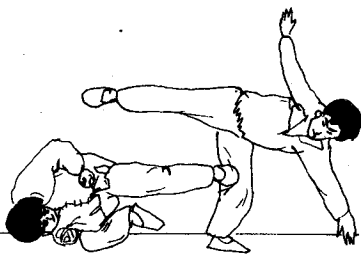


图1-27

效果：可使敌向后倒地。

要领：侧身倒地要及时，铲击敌左腿要迅速、准确、猛烈、有力，力达脚掌外侧缘。

(十四)挂膝踹腿

当敌将我向右侧摔倒地时；敌站于我裆前右腿支撑身体，提左腿向我胸部踹击而来；我速提左膝，用膝挂开敌左脚（图1-28）。紧接着，我用左脚向敌右膝内侧猛力踹击（图1-29）。

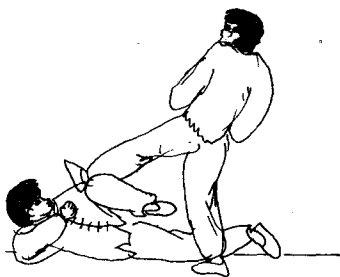


图1-28

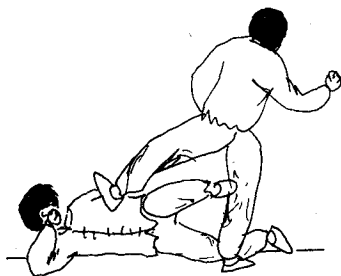


图1-29

效果：可防开敌左脚的踹击，使敌右腿折伤而后倒。

要领：挂膝防敌左腿踹击要及时，踹击敌右腿要快速、准确、猛烈、有力，力达脚掌。