



国际武术竞赛套路

剑术

人民体育出版社

International Wushu Federation

国际武术联合会 审定

(京)新登字 040 号

图书在版编目(CIP)数据

剑术/国际武术联合会审定. —北京:人民体育出版社,2001

(国际武术竞赛套路)

ISBN 7-5009-2160-8

I. 剑… II. 国… III. 剑术(武术) - 套路(武术)
IV. G852.24

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 053844号

*

人民体育出版社出版发行
昌平环球印刷厂印刷
新华书店经销

*

787 × 1092 32 开本 6.75 印张 130 千字
2001 年 11 月第 1 版 2001 年 11 月第 1 次印刷
印数:1 - 6150 册

*

ISBN 7-5009-2160-8/G · 2059
定价:12.00 元

社址:北京市崇文区体育馆路 8 号(天坛公园东门)
电话:67151482(发行部) 邮编:100061
传真:67151483 电挂:9474
(购买本社图书,如遇有缺损页可与发行部联系)

《国际武术竞赛套路》编委会

主 编:李 杰

副 主 编:严建昌 李雅佩

吴 彬 黄凌海

执行主编:程慧琨 章王楠

编 委:庞林太 马春喜

刘同为 李巧玲

殷玉柱 张跃宁

石原泰彦

陈志中 冯宏芳

执 笔 人:李巧玲(长拳) 程慧琨(剑术)

刘同为(刀术) 殷玉柱(棍术)

张跃宁(枪术)

前 言

国际武术联合会筹备委员会于 1985 年 8 月在中国西安市举办的第一届国际武术邀请赛期间成立。1990 年 10 月在中国北京正式成立了国际武术联合会。

经过十年的努力，国际武术联合会已发展成拥有世界五大洲 83 个会员协会的国际体育组织，并于 1994 年在摩纳哥被国际体育单项联合会接纳为正式成员，1999 年 6 月又在韩国汉城举行的国际奥委会全会上得到国际奥委会的承认。从 1991 年起国际武术联合会先后在中国、马来西亚、美国、意大利和中国香港成功地举办了五届世界武术锦标赛。

随着国际武术运动的迅速发展，对武术竞赛提出了更高的要求。为此，中国武术协会受国际武术联合会的委托，组织了部分会员协会的专家创编了新的国际武术竞赛套路，包括长拳、剑术、刀术、棍术和枪术，经国际武联技术委员会审定，并在 1999 年 11 月香港国际武联代表大会上通过。现出版的五个套路的书籍作为向国际武术联合会成立十周年的献礼。

目 录

动作名称	(1)
动作说明	(5)
全套动作演示	(178)
第一段动作路线示意图	(206)
第二段动作路线示意图	(207)
第三段动作路线示意图	(208)
第四段动作路线示意图	(209)

动作名称

第一段

1. 预备势
2. 丁字步前指
3. 上步单拍脚
4. 转身云接剑
5. 跳叉步刺剑
6. 上步剪腕花
7. 翻腰剪腕花



8. 弓步刺剑
9. 并步半蹲刺剑
10. 退步剪腕花
11. 弧行步穿剑
12. 腾空后点剑
13. 击步拉腿翻身跳
14. 坐盘刺剑

第二段

15. 探海平衡
16. 卧云平衡
17. 上步刺剑
18. 翻身扫剑
19. 左右挂剑
20. 转身穿挂剑
21. 提膝刺剑
22. 持剑旋子
23. 转身云剑
24. 仆步截剑
25. 丁步点剑

26. 盘腿反撩剑
27. 插步穿剑
28. 转身云剑
29. 弓步背剑

第三段

30. 丁步架剑
31. 上步撩剑
32. 退步反撩剑
33. 弧行步里合拍脚
34. 扣腿截剑
35. 弓步刺剑
36. 退步绞剑
37. 转身剪腕花
38. 仰身云剑
39. 转身云剑
40. 仆步穿剑
41. 退步点剑
42. 提膝带剑

第四段

43. 左右抹剑
44. 上步刺剑
45. 转身剪腕花
46. 击步点剑
47. 垫步反撩剑
48. 弓步刺剑
49. 仆步崩剑
50. 插步平斩剑
51. 转身云接剑

52. 虚步持剑
53. 丁字步提剑
54. 收势



图 1

动作说明

第一段

1. 预备势

两脚丁字步站立，左脚尖向前方，面向右斜前方；左手反握剑柄，剑身垂直紧贴前臂内侧，右手五指并拢贴靠右腿外侧，两臂微屈；目视前方。(图 1)

注：图中实线表示下一动右手、右脚和剑尖的运行路线，虚线表示左手、左脚和剑柄的运行路线。



图 2-1

2. 丁字步前指

(1) 两脚站立；上体左转，右手成剑指经右腰侧向左前方穿出，手心向上，左手持剑上摆体左侧；目视左前方。（图 2-1）



图 2-2

第一段

(2) 右臂内旋右剑指手心斜向下直臂向右平摆，左手持剑随之平摆；目视左前方。

(图 2-2)



图 2-3

第一段

(3) 上体右转, 右剑指继续向右平摆至斜后方, 手心向下, 左手持剑平摆斜前方; 目视右前方。(图 2-3)



图 2-4

第一段

(4) 上体左转，右剑指屈肘经右腰侧向斜前方直臂伸出，虎口向上，与肩同高，左手持剑屈肘收至左肩前，剑身贴靠前臂内侧；目视右剑指方向。(图 2-4)



图 3-1

第一段

3. 上步单拍脚

(1) 右腿屈膝下蹲, 左脚向斜后方落步, 前脚掌着地, 腿伸直; 上体右转左手持剑向下、向前上方摆起, 右剑指向上、向右后摆动; 目视右后方。(图 3-1)



图 3-2

第一段

(2) 上体左转；重心上起，右腿伸直，左脚向前上步；右剑指成掌经下向上摆起，左手持剑向下、向后摆出；目视前方。(图 3-2)



图 3-3

第一段

(3) 左腿直立并独立支撑，右腿向前上方直腿摆踢，脚面绷平；右手下落掌心拍击右脚面，左手持剑置于体左侧；目视右手。

(图 3-3)