

中国 木兰拳 最新套路

李 钢 著



上海科学普及出版社

中国木兰拳最新套路

李 钢 著

上海科学普及出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中国木兰拳最新套路/李钢著. —上海:上海科学普及出版社, 2006.4

ISBN 7-5427-3321-4

I. 中... II. 李... III. 拳术-套路(武术)-中国
IV. G852.19

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 031828 号

责任编辑 刘绪恒

中国木兰拳最新套路

李 钢 著

上海科学普及出版社出版发行
(上海中山北路 832 号 邮政编码 200070)

<http://www.pspsh.com>

各地新华书店经销

商务印书馆上海印刷股份有限公司印刷

开本 850×1168 1/32 印张 13.125 插页 4 字数 356 000

2006 年 4 月第 1 版 2006 年 4 月第 1 次印刷

印数 1—5 100

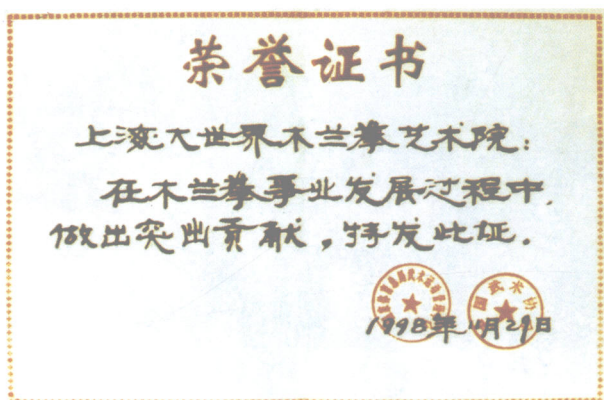
ISBN 7-5427-3321-4/G·894 定价:22.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题

请向出版社联系调换



1995 年，江泽民主席签发颁布了《中华人民共和国体育法》，体育工作的重点转移到增强人民体质上来。为此，国家体委、国家教委、国家科委、国家民委、文化部、广播电影电视部、卫生部、全国总工会、共青团中央、全国妇联联合发起开展全国征集体育健身方法活动。上海大世界报送的木兰拳被选入《中华体育健身方法·征集第一卷》，成为全国全民健身首推项目之一。



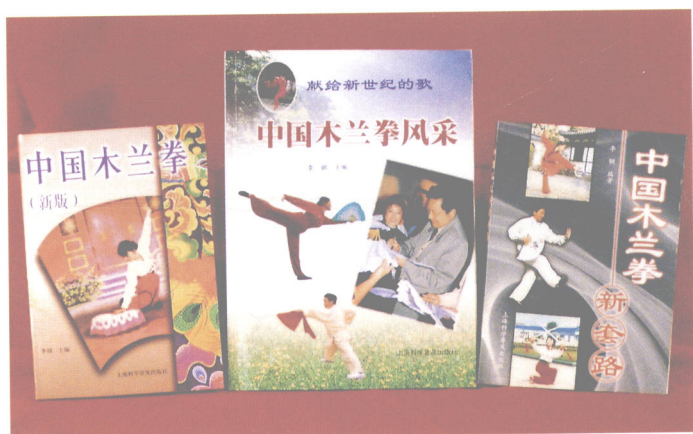
国家体育总局武术运动管理中心和中国武术协会向上海大世界木兰拳艺术院颁发的荣誉证书。



为贯彻国家《全民健身纲要》，1996 年国家武术院与上海大世界木兰拳艺术院合作，在北京举办规模空前的首届全国木兰拳教练员、辅导员大型培训班。文化部、国家体育总局社会体育指导中心有关领导和原国家武术院副院长严建昌先生等亲自出席结业典礼。



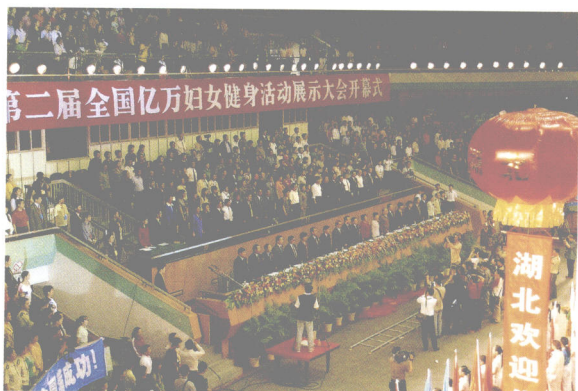
2005 年 8 月，上海大世界木兰拳艺术院长李钢先生带领中国木兰拳国际高级教练赴香港，与参加中国木兰拳最新套路培训的部分拳友合影。



中国木兰拳教学指导书及《中国木兰拳风采》画册



中国木兰拳创立者、系列规范套路总编导李钢先生与参加中国木兰拳最新套路全国培训班的教练和学员们在现场合影留念。



由中国木兰拳骨干队伍参加展演的第二届全国亿万妇女健身活动展示大会开幕式现场。



为庆贺澳门回归祖国五周年，由澳门宋庆龄基金会与中国木兰拳国际艺术中心等单位联合主办的“金莲花奖”全国青少年武术、才艺邀请大赛在澳门举行。大赛组委员副主席兼仲裁主任李钢先生和相关领导一起与荣获最高奖项的选手们在舞台上合影。中国木兰拳教练蔡恕莹展示的助兴项目《芙蓉出水》（精品拂尘）荣获表演大金奖。



2003年“非典”流行时期,中国木兰拳创立者李钢先生与上海杨浦公园坚持晨练的拳友们在一起接受东方体育报记者采访。



四川省西昌市中国木兰拳教练陈金华带队集体演练木兰单圈套路《含羞草》。



中国武术九段、原国家体委武术研究院副院长蔡龙云先生大力支持荣获国际赛事武术项目冠军的陈波参加中国木兰拳最新套路《芙蓉出水》(精品拂尘)套路教学碟片的示范拍摄。



安徽马鞍山部分中国木兰拳爱好者在蔡恕莹教练带领下,集体演练木兰花刀《飞刀迎风》。



中国木兰拳
道具样本
(精品拂尘)



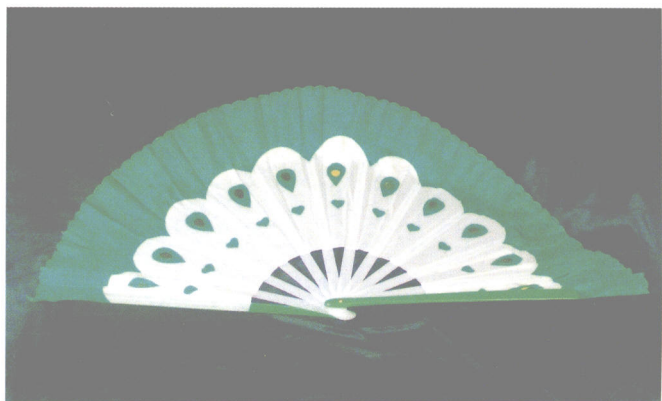
中国木兰拳
道具样本
(鸳鸯刀)



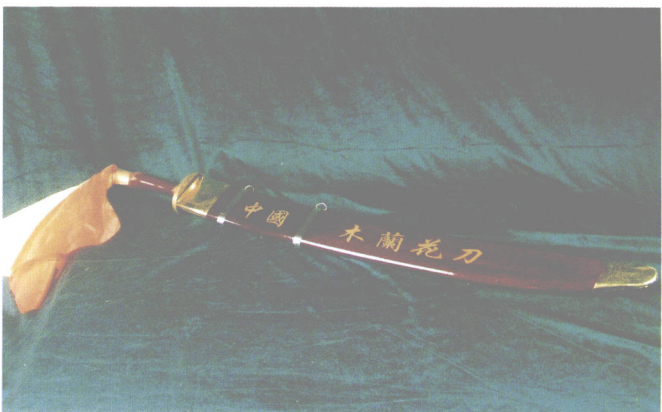
中国木兰拳
道具样本
(阴阳花棍)



中国木兰拳
道具样本
(长穗剑)



中国木兰拳
道具样本
(花扇)



中国木兰拳
道具样本
(花刀)

中国武术

民族体育之花

国际武术联合会名誉主席李梦华题词

李梦华题

中國木蘭拳
民族之驕傲

說中國木蘭拳之出版

魏紀中

中華武求
走向世界

——為中國木蘭拳題

汪道涵

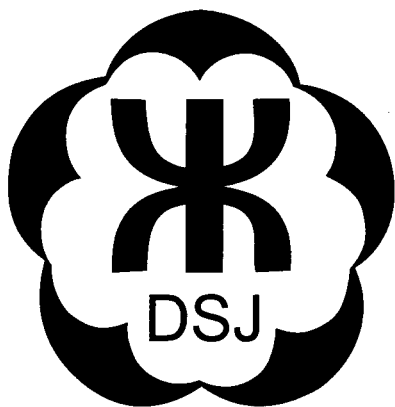
优美之健身拳艺
怡神的养心佳作

为中国木兰拳题

内子春康戈武



中国木兰拳专用标识



标识寓意

图案中心“木”字为木兰拳象形,端庄而亭立;

图案下端“DSJ”为中国木兰拳发源地和发祥地“大世界”的拼音缩写;

图案外围象征着五湖四海和拳艺不分国界;

整图意为中国木兰拳犹如一朵绽开的红梅在蓝天下鲜艳夺目。

特 别 说 明

我在领导创编中国木兰拳系列规范套路的前期过程中,曾先后邀请和聘用过王倩娥、张秀丽、凌建达、林心英、郑士杰、黄雅英、周香妙、刘法勇、朱先生、方女士、陆章发、陈奕奕等人担任助手协助工作。对他们以往所给予我的支持和对中国木兰拳所作的奉献,我谨代表全体中国木兰拳爱好者再次向他们表示衷心的感谢!

中 国 木 兰 拳 创 立 者
中国木兰拳国际艺术中心主任
上海大世界木兰拳艺术院院长
李 钢

2006年2月28日