

红色武字太极扇，全竹扇骨，易开合，响声大

产品名称	红色武字太极扇，全竹扇骨，易开合，响声大
公司名称	康浩（个体经营）
价格	.00/个
规格参数	材质:竹子骨 品牌:康康店 产品类别:太极扇
公司地址	中国 四川 成都市 金牛区红旗巷三号润泽园1栋2单元202
联系电话	086-037155019177 13674965945

产品详情

材质 竹子骨 品牌 康康店
产品类别 太极扇

金面武字功夫扇

扇骨：精选烤漆扇骨 13根 铆钉固定扇面：金色 红武

有左右手对扇，单面扇和双面扇广州运动会开幕式 太极扇表演专用扇可定做太极扇

淘宝零售店铺：<http://shop33577200.taobao.com>

其他款式太极扇：

太极扇基本技术

- 1.太极扇的扇法很丰富，有各种开扇的运用方法。
- 2.有各种合扇的运用方法。
- 3.有开扇合扇的抛接方法。
- 4.太极扇的手型手法、步型步法和太极拳是一样的。它讲究手为灵巧，在掌握各种扇器方法演练时变化多端，太极拳有“坐腕”、“塌腕”，太极扇常出现“抖腕”。太极扇的“掌法”以自然松舒为主，五

指自然张开，在整个身体中，一般称“掌”为稍节，在太极拳中的立掌，仰掌，俯掌的基础上，太极扇则运用了更多的横掌。横掌的练习有助于“内敛”，有助于“提神”，有助于动作“力度”的体现，更有助于开扇和合扇。太极扇的身形要求头要端正，虚灵顶劲，脖颈自然竖直，肩要松沉，肘要微屈，胸要舒松自然，背要自然放松，腰要转动灵活，脊要中正，臀要内敛，膝要伸屈柔和自然。太极扇的步型有：马步、弓步、歇步、扑步、虚步、平行步等（插图）。

5.太极扇的步法有：上步、活步、退步、撤步、盖步、插步、丁步等。太极扇由于定位于杨式太极拳的风格特点，因此在技术演练上要求：运动如抽，迈步如猫形，一动无不动，动作连绵不断，一环扣一环，上一动的结，下一动的开始。柔中带刚，刚中含柔，造型美观，舒展大方，击法准，精神饱满。