

批发供应龙凤功夫扇，武术扇，健身扇，太极扇

产品名称	批发供应龙凤功夫扇，武术扇，健身扇，太极扇
公司名称	康浩（个体经营）
价格	.00/个
规格参数	材质:竹子扇骨 品牌:康康店专营
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 竹子扇骨 品牌 康康店专营

龙凤功夫扇

扇骨长度：33cm 和37cm

所标注价格均为33cm价格！

扇面：加密塔夫绸面料

淘宝店铺：

<http://shop33577200.taobao.com>

其他款式太极功夫扇：

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。