



VÕ SƯ BẠCH LONG - HÙNG TÍN

VÕ THUẬT CỔ TRUYỀN

TAM TIẾT CÔN



NÂNG CAO THỂ LỰC BẰNG VÕ THUẬT

NHÀ XUẤT BẢN ĐỒNG NAI

VÕ SƯ BẠCH LONG HÙNG TÍN

Nâng cao thể lực bằng võ thuật

TAM TIẾT CÔN

NHÀ XUẤT BẢN TỔNG HỢP ĐỒNG NAI

**BÀI THIỆU
TAM TIẾT CÔN (CÔN BA ĐOẠN)**

PHƯỢNG HOÀNG KHỞI VỰC CÔN

Lập bộ – song thủ diện tiền bái tổ.
Đảo côn yểm thủ.
Hoạch thủ quyện thân.
Lưỡng đầu tiên hậu.
Càn khôn đảo lập.
Tả – hữu chuyển bộ.
Loan côn yểm thân.
Kim kê tam chiến tấn.
Tả bộ loan côn yểm thân.
Hư bộ xuyên hoa.
Xung thạch lập hậu.
Thần ứng khởi thế.
Phượng hoàng khởi vực.
Uyên ương lược thân.
Chuyển thân đảo côn.
Tả bộ phượng hoàng luân xa.
Loan côn tân tả.
Thanh long phục địa.
Thăng thiên lạc địa.
Phục địa càn khôn yểm thủ.
Lôi công uyên ương gián địa.
Liên xà tấn cước.
Uyên ương xoay thân tảo túc.
Phục hổ chuyển thân nhất cước.
Hoạch xà nhi bộ liên hoàn.
Phục bộ – tấn giám phong quyện liên khai.
Lăng côn chuyển bộ – xà liên thủ.
Lập như tiền Bá tổ.

**ĐỒ HÌNH DIỄN GIẢI
TAM TIẾT CÔN (CÔN BA ĐOẠN)
PHƯỢNG HOÀNG KHỞI VỰC CÔN.**

Tiền

			- 68				
			72 70	73			
	64	65	52 67	69			
	66	53	51 71	74			
Tả	63	55 54	42 46 41	76 78			
	62	61	50 47 48	75 77			
	56	60 40 41	39 43	36	38		
	59		44 45	37			
	19 59	2 3	13 ①	34 29 30			
	57	11 10	12	35 28 32	27		
	22 17	6 5	14 16	23 24 25 31			
	18 20	8 7	15 21	26			
		9 4	22				

Hậu

Ghi chú: xem kỹ đồ hình, đọc kỹ lời diễn giải mà duy chuyển theo từng phần điểm số từ 1 đến 78 là hết bài TAM TIẾT CÔN. "PHƯỢNG HOÀNG KHỞI VỰC CÔN"

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

LẬP BỘ SONG THỦ DIỆN TIỀN BÁI TỔ

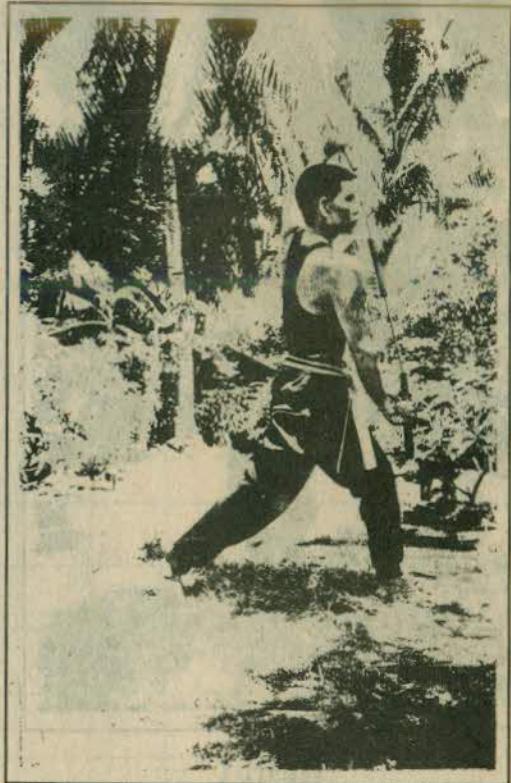


HÌNH 1

Chân đứng thành lập tấn; tay trái cầm lấy đoạn côn đầu, tay phải cầm lấy đốt côn cuối, đốt côn giữa đặt phía trong đốt côn thứ nhất và thứ ba. Mắt nhìn thẳng về mặt tiền. (xem hình 1) Hai tay đồng nâng tam tiết côn lên để trước ngực. Đó là động tác chào tổ khi vào bài TAM TIẾT CÔN (côn ba đoạn) PHƯỢNG HOÀNG KHỞI VỰC CÔN.

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

ĐẢO CÔN YỂM THỦ.



HÌNH 2

Chân trái bước qua phía trái thành đinh tấn trái; hai tay cầm côn căng thẳng đảo vòng thẳng đứng với thân pháp từ phải sang trái che lấy thân pháp. Mắt nhìn thẳng về phía trước. (xem hình 2)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

ĐẢO CÔN YỂM THỦ.

(chuyển thức)



HÌNH 3

Xoay tấn đồng thời rùn xuống thành phục hổ tấn, gót chân nhón lên; hai tay căng tam tiết côn hất lên che lấy đinh đầu. Mắt nhìn thẳng về mặt tiền.
(xem hình 3)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

HOẠCH THỦ QUYỆN THÂN.



HÌNH 4

Thân pháp đứng lên, chân trái bước về mặt hậu; tay trái cầm đốt côn thứ nhất của tam tiết côn đánh vòng đoạn côn giữa và đốt côn thứ ba vòng qua cổ. Mắt nhìn về mặt hậu. (xem hình 4)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

HOẠCH THỦ QUYỆN THÂN.



HÌNH 5

Chân phải bước chéo qua chân trái xoay tấn về mặt tiền; tay phải vuốt đốt côn giữa ra đốt côn thứ ba và bắt lấy. Mắt nhìn về phía trước.
(xem hình 5)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

HOẠCH THỦ QUYỆN THÂN.



HÌNH 6

Tay phải hất ngọn côn thứ ba ngược lại, tay phải cầm đốt côn thứ nhất đánh nghịch về phía sau chuyển qua lưng điểm đầu côn về phía mặt tiền sang phía tâ. Mắt nhìn theo đầu ngọn tam tiết côn thứ ba. (xem hình 6)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

LƯƠNG ĐẦU TIỀN HẬU.



HÌNH 7

Tay phải bắt lấy đốt côn thứ ba điểm đầu côn về mặt tiền; tay trái cầm đốt côn thứ nhất đầu côn điểm về mặt hậu, hai tay căng thẳng tam tiết côn đốt côn giữa nằm ở phía sau lưng. Mắt nhìn thẳng về phía trước.(xem hình 7)

CÀN KHÔN ĐẢO LẬP.

HÌNH 8

Chân trái làm trụ, chân phải co lên thành kim kê tấn, tay trái cầm đốt côn thứ nhất đảo vòng tam tiết côn chéo từ trái sang phải, từ phải sang trái. Mắt nhìn thẳng về phía mặt tiền. (xem hình 8)

TẨ HỮU CHUYỂN BỘ.

HÌNH 9

Tay phải bắt lấy đốt côn thứ ba căng thẳng đốt côn giữa hạ tấn thấp thành phục hổ tấn. Mắt nhìn thẳng về mặt tiền.
(xem hình 9)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

TẨ HỮU CHUYỂN BỘ.

(chuyển thức)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

LOAN CÔN YẾM THÂN.



HÌNH 10

Thân pháp đứng lên chân trái bước tới trước thành định tấn/trái; hai tay cẳng lấy tam tiết côn, tay trái nâng cao, tay phải hạ thấp, tam tiết côn đưa chéo qua thân pháp. Mắt nhìn về mặt tiền. (xem hình 10)



HÌNH 11

Đảo côn vòng ra phía sau lưng cẳng tam tiết côn thẳng ra; chân phải làm trụ xoay tấn về phía hữu chân trái kéo gối lên mũi bàn chân duỗi thẳng. Nhân pháp phân đôi tiền hữu. (xem hình 11)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

LOAN CÔN YẾM THÂN.



HÌNH 12

Tay trái buông đốt côn thứ nhất, tay phải cầm đốt côn thứ ba loan côn từ trái sang phải và từ phải sang phải tiếp tục như thế ba lần. Chân trái đặt xuống phía sau chân phải. Mắt nhìn về phía hữu. (xem hình 12)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

KIM KÊ TAM CHIẾN TẤN.



HÌNH 13

Tay trái bắt lấy đốt côn thứ nhất đánh đốt côn thứ ba từ dưới lên về phía mặt tiền. Mắt nhìn thẳng về mặt tiền. (xem hình 13)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

KIM KÊ TAM CHIẾN TẤN.

(chuyển thức)



HÌNH 14

Tay phải bắt lấy đốt côn thứ ba cảng tam tiết côn chéo ra ở phía trước thân pháp chân phải bước về mặt hậu thành định tấn phải. Mắt nhìn về phía mặt tiền.
(xem hình 14)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

KIM KÊ TAM CHIẾN TẤN.

(chuyển thức)



HÌNH 15

Chân trái làm trụ chân phải hất má bàn chân lên; hai tay cầm tam tiết côn cảng thẳng phía trước, tay trái cầm đốt côn thứ nhất đặt ở phía dưới gần phần chân phải, tay phải cầm đốt côn thứ ba hướng lên trên. Mắt nhìn về phía trước. (xem hình 15).

TẢ BỘ LOAN CÔN YẾM THÂN.



HÌNH 16

Chân phải đặt xuống làm trụ chân trái co gối lên về hướng tǎ đảo vòng tam tiết côn qua đặt chéo ngang qua thân pháp; tay trái đoạn côn thứ nhất hướng lên trên tay phải cầm đốt côn thứ ba hướng xuống. Mắt nhìn về phía tǎ. (xem hình 16)

TẢ BỘ LOAN CÔN YẾM THÂN.

(chuyển thức)



HÌNH 17

Chân trái đặt xuống về phía trái, tay trái cầm đốt côn thứ nhất gạt mạnh đánh đốt côn thứ ba từ trên xuống về hướng tǎ. Mắt nhìn thẳng về phía trước.
(xem hình 17)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

TẢ BỘ LOAN CÔN YẾM THÂN.



HÌNH 18

Tiếp tục đảo tam tiết côn từ trên chéo xuống sau đó xoay thành một vòng tròn trên không. Mắt nhìn về hướng tả.

(xem hình 18)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

TẢ BỘ LOAN CÔN YẾM THÂN.



HÌNH 19

Tay phải bắt lấy đốt côn thứ ba, hai tay căng thẳng tam tiết côn đảo vòng trên đỉnh đầu ra phía sau lưng, tay trái phía trên tay phải phía dưới đốt côn giữa che lấy phần lưng. Chân trái nói rộng thành đinh tấn trái. Mắt nhìn về mặt tiền. (xem hình 19)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

TẢ BỘ LOAN CÔN YẾM THÂN.



HÌNH 20

Chân phải bước về mặt hậu, hai tay đảo vòng tam tiết côn từ sau ra trước, tay phải cầm đốt côn thứ ba hướng lên trên, tay trái cầm đốt côn thứ nhất hướng xuống dưới đốt côn giữa chéo ngang che lấy phần ngực. Mắt nhìn về mặt tiền. (xem hình 20)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

HƯ BỘ XUYÊN HOA.



HÌNH 21

Chân phải bước về phía phải, hai tay cảng tam tiết côn đảo vòng từ trái sang phải, tay trái cầm đốt côn thứ nhất hướng lên trên, tay phải cầm đốt côn thứ ba hướng xuống dưới. Chân đứng thành định tấn phải. Mắt hướng về mặt tiền. (xem hình 21)

HƯ BỘ XUYÊN HOA.

(chuyển thức)



HÌNH 22

Xoay tấn thành đinh tấn trái, hai tay cẳng tam tiết côn đảo vòng từ trước ra sau đoạn côn giữa che lấy phần lưng; tay phải cầm đốt côn thứ ba đầu côn hướng về mặt tiền, tay trái cầm đốt côn thứ nhất đầu côn hướng về mặt hậu. Mắt nhìn thẳng về mặt tiền. (xem hình 22)

HƯ BỘ XUYÊN HOA.

(chuyển thức)



HÌNH 23

Xoay tấn về phía phải, tay trái buông đốt côn thứ nhất, tay phải cầm đốt côn thứ ba gặt mạnh đầu côn thứ ba về phía hữu. Mắt nhìn theo tầm tam tiết côn đang sử dụng.

(xem hình 23)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

HƯ BỘ XUYÊN HOA.



HÌNH 24

Chân trái đặt qua phía phải, tay trái bắt lấy đoạn côn thứ nhất, tay phải buông đốt côn thứ ba đảo vòng tam tiết côn trên đỉnh đầu. Mắt nhìn về mặt hậu.
(xem hình 24)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

XUNG THẠCH LẬP HẬU.



HÌNH 25

Chân phải bước về phía phải xoay tấn, mặt hướng về mặt tiền, tay phải bắt lấy đốt côn thứ ba hai tay căng lấy tam tiết côn đảo vòng từ trái sang phải, tay trái cầm đốt côn thứ nhất hướng xuống dưới, tay phải cầm đốt côn thứ ba hướng lên trên. Mắt nhìn thẳng về mặt tiền.
(xem hình 25)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

XUNG THẠCH LẬP HẬU.



HÌNH 26

Chân phải làm trụ chân trái đá thẳng cạnh chân về mặt hậu; hai tay cầm lấy tam tiết côn cẳng tam tiết côn thẳng đứng ngang phía trước ngực, đốt côn thứ ba đầu côn chạm với mặt đất, đốt côn thứ nhất đầu côn hướng thẳng lên trên. (xem hình 26)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

THẦN ƯNG KHỞI THẾ.



HÌNH 27

Chân trái đặt xuống sang phía hữu, xoay tấn mặt hướng về mặt hậu hai tay cầm tam tiết côn cẳng rộng ra chéo với thân pháp phía trước ngực, tay phải cầm đốt côn thứ ba hướng lên trên, tay trái cầm đốt côn thứ nhất hướng xuống nhìn về mặt hậu. (xem hình 27)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

THẦN ƯNG KHỎI THẾ.



HÌNH 28

Chân trái bước chéo qua chân phải xoay tần hướng về mặt hậu, hai tay cầm tam tiết côn đảo vòng từ mặt hậu về mặt tiền phần đoạn giữa côn đặt phía trước thân pháp. Mắt nhìn thẳng về phía trước.

(xem hình 28)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

THẦN ƯNG KHỎI THẾ.



HÌNH 29

Chân phải làm trụ, chân trái co lên, tay phải cầm đốt côn thứ nhất hướng lên trên, tay phải cầm đốt côn thứ ba hướng xuống. Mắt nhìn về mặt tiền.
(xem hình 29)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

THẦN ƯNG KHỎI THẾ.



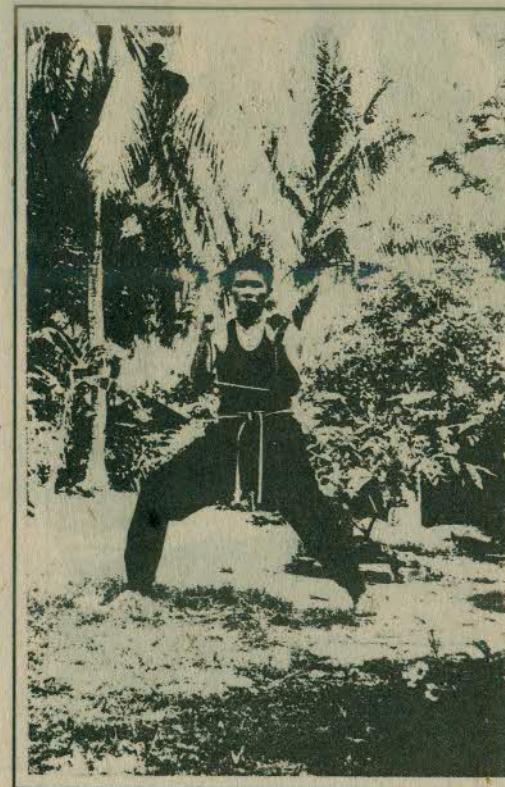
HÌNH 30

Chân trái co lên về phía mặt hậu, mũi bàn chân duỗi thẳng, hai tay cầm tam tiết côn căng thẳng ra hất lên che lấp đinh đầu.

(xem hình 30)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

PHƯỢNG HOÀNG KHỎI VỰC.



HÌNH 31

Chân trái đặt xuống về phía hậu thành đinh tấn phải, hai tay cầm tam tiết côn điểm hai đầu côn của đốt thứ nhất và đốt thứ ba về phía trước. Mắt nhìn thẳng về mặt tiền.

(xem hình 31)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

PHƯỢNG HOÀNG KHỎI VỰC.



HÌNH 32

Chân trái bước lên đặt phía trước chân phải hạ tấn thấp đồng thời căng rộng tam tiết côn đánh hai đầu cán côn về hai bên tả hữu. Mắt nhìn về mặt tiền.
(xem hình 32)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

UYÊN ƯƠNG LƯỢC TRẬN.



HÌNH 33

Thân pháp đứng lên chân phải bước chéo qua chân trái, tay trái cầm đốt côn thứ nhất đảo thành ba vòng tròn trên đỉnh đầu. Mắt nhìn về mặt tiền.
(xem hình 33)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

UYÊN ƯƠNG LƯỢC TRẬN.



HÌNH 34

Xoay tấn thành vòng tròn, tay trái cầm đốt côn thứ ba cẳng thẳng tam tiết côn che lấy phía sau lưng, tay trái nâng đốt côn ở phía sau, tay phải nâng đốt côn của đốt côn thứ ba hơi Hương xuống. Mắt nhìn về phía tả.
(xem hình 34)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

UYÊN ƯƠNG LƯỢC TRẬN.



HÌNH 35

Xoay tấn thành vòng tròn, tay trái cầm đốt côn thứ nhất điểm đầu côn về mặt tiền, hai tay căng tam tiết côn thẳng, tay phải cầm đốt côn thứ ba điểm đầu côn về mặt hậu. Chân đứng thành xà tự tấn. Mắt nhìn về mặt tiền.
(xem hình 35)

UYÊN ƯNG LƯỢC TRẬN.

(chuyển thức)



HÌNH 36

Chân trái đặt tới trước thành đinh tấn trái, tay trái cầm đốt côn thứ nhất, tay phải cầm đốt côn thứ ba điểm đầu côn song song về mặt tiền. Mắt nhìn thẳng về phía trước.

(xem hình 36)

CHUYỂN THÂN ĐẢO CÔN.



HÌNH 37

Chân trái kéo về thành chảo mã tấn, hai tay cẳng tam tiết côn thẳng ngang phía trước ngực, tay trái cầm đoạn côn thứ nhất đầu côn hướng về mặt tiền, tay phải cầm đốt côn thứ ba đầu côn hướng về mặt hậu. Mắt nhìn thẳng về mặt tiền. (xem hình 37)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

TẢ BỘ PHƯỢNG HOÀNG LUÂN XA.



HÌNH 38

Chân trái rút gọn về chân phải thành xà tự tấn, tay trái loan côn từ trái sang phải và từ phải sang trái (loan thuận). Mắt nhìn thẳng về phía mặt tiền.
(xem hình 38)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

TẢ BỘ PHƯỢNG HOÀNG LUÂN XA.



HÌNH 39

Chân trái đá cạnh bàn chân về hướng trái thấp xuống, hai tay cầm tam tiết côn căng thẳng, đốt giữa nằm chéo ngang với phần ngực trái, tay trái cầm đốt côn thứ nhất đầu côn hướng về phía tả, tay phải cầm đốt côn thứ ba đầu côn hướng về phía hữu. Mắt nhìn về phía tả.
(xem hình 39)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

TẢ BỘ PHƯỢNG HOÀNG LUÂN XA.



HÌNH 40

Chân trái đặt xuống về phía tả làm trụ cạnh bàn chân phải đá ngang thấp xuống về phía tả; hai tay cầm tam tiết côn căng thẳng, tay phải cầm đốt côn thứ ba điểm đầu côn về phía tả, tay trái cầm đốt côn thứ nhất điểm đầu côn về phía hữu, tam tiết côn căng thẳng theo cánh tay phải. Mắt nhìn thẳng về phía hữu. (xem hình 40)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

LOAN CÔN TẤN TẢ.



HÌNH 41

Chân trái đặt về phía sau chân phải thành uyên ương tấn, hai tay cầm tam tiết côn căng chéo ngang phía trước thân pháp, tay trái cầm đốt côn thứ nhất đầu côn hướng lên trên, tay phải cầm đốt côn thứ ba đầu côn hướng xuống dưới. Mắt nhìn thẳng về mặt tiền.
(xem hình 41)

THANH LONG PHỤC ĐỊA.



HÌNH 42

Chân phải bước tới trước về phía trái, tay trái cầm đốt côn thứ nhất đảo tam tiết côn thành một vòng tròn ở phía trái. Mắt nhìn về phía tả.

(xem hình 42)

THANH LONG PHỤC ĐỊA.

(chuyển thức)



HÌNH 43

Tay phải bắt lấy đốt côn thứ ba căng tam tiết côn ra ngang phía trước ngực dùng sức bật của đôi chân bật người lên thổi về mặt hậu hai chân chéo lại.

(xem hình 43)

(chuyển thức)

THANH LONG PHỤC ĐỊA.

HÌNH 44

Hạ tần thành phục hổ tần tay phải vuốt lấy tam tiết côn vào nắm lấy đốt côn giữa đồng thời tay phải bắt lấy loan côn nghịch từ trái sang phải và từ phải sang trái, từ dưới móc lên tay trái và tay phải nắm lấy đốt côn thứ nhất và đốt côn giữa. Loan côn nghịch như vậy ba lần. Mắt nhìn thẳng về mặt tiền. (xem hình 44)

THĂNG THIÊN LẠC ĐỊA.

HÌNH 45

Tay phải bắt lấy đốt côn thứ ba cẳng tam tiết côn thẳng ra thấp xuống song song với mặt đất; tay trái cầm đốt côn thứ nhất đầu côn hướng về mặt tiền. Mắt nhìn thẳng về phía trước. (xem hình 45)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

THĂNG THIÊN LẠC ĐỊA.



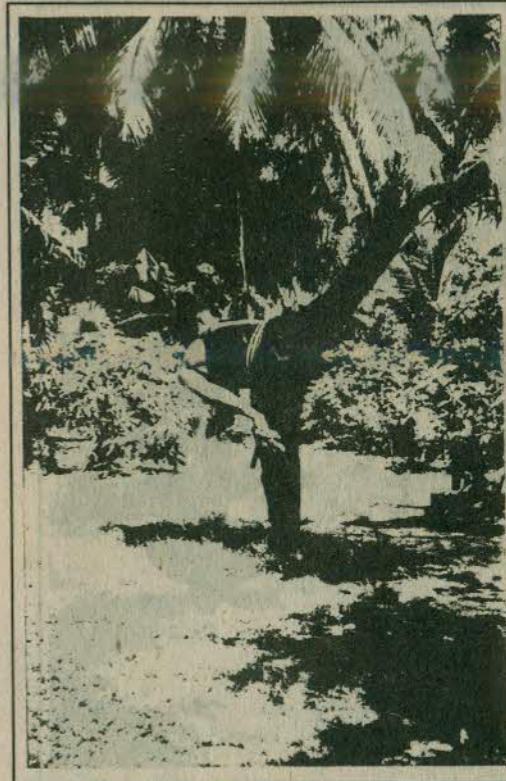
HÌNH 46

Tay trái bắt lấy đốt côn giữa cầm chung với đốt côn thứ nhất thân pháp bật người phi thân lên không, tay phải cầm đốt côn thứ ba. Mắt nhìn thẳng về phía trước.
(xem hình 46)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

THĂNG THIÊN LẠC ĐỊA.



HÌNH 47

Thân pháp hạ xuống đồng thời chân trái làm trụ úc bàn chân phải tung thẳng nghịch cước ra phía sau; tay trái cầm đốt côn thứ nhất, tay phải cầm đốt côn thứ ba căng thẳng hạ thấp. Mắt nhìn theo tầm cước pháp đang sử dụng.
(xem hình 47)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

PHỤC ĐỊA CÀNG KHÔN YẾM THƯ.



HÌNH 48

Chân phải đặt về phía sau chân trái hạ tần thấp, tay trái cầm đốt côn thứ nhất loan côn đảo vòng trên đỉnh đầu thành hai vòng tròn. Mắt nhìn thẳng về phía trước.
(xem hình 48)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

PHỤC ĐỊA CÀNG KHÔN YẾM THƯ.



HÌNH 49

Tiếp tục đảo côn thành một vòng tròn đánh đốt côn thứ ba từ phải sang trái về mặt tiền. mắt nhìn thẳng về phía trước.
(xem hình 49)

LÔI CÔNG UYÊN ƯƠNG GIÁN ĐỊA.



HÌNH 50

Tay phải bắt lấy đốt côn thứ ba, hai tay cầm tam tiết côn hất từ dưới lên đồng thời chân phải đánh gót chân từ ngoài vào trong từ trên chỉ xuống về hướng tả. Mắt nhìn thẳng theo tầm cước phải đang sử dụng.
(xem hình 50)

(chuyển thức)

LÔI CÔNG UYÊN ƯƠNG GIÁN ĐỊA.



HÌNH 51

Chân phải đặt xuống về phía phải đồng thời chân trái bước chéo qua chân phải thành uyên ương phục tấn, hai tay cầm tam tiết côn căng ra đốt côn giữa đối diện với lòng ngực, tay phải cầm đốt côn thứ ba đầu côn hướng về mặt tiền. mắt nhìn thẳng về phía trước.

(xem hình 51)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

LÔI CÔNG UYÊN ƯƠNG GIÁN ĐỊA.



HÌNH 52

Chân trái bước chéo qua chân trái, hai tay cẳng tam tiết côn từ trái sang phải, tay trái cầm đốt côn thứ nhất đầu côn hướng về mặt tiền, tay phải cầm đốt côn thứ ba đầu côn hướng về mặt hậu. Nhấn pháp phân đôi tiền hậu. (xem hình 52)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

LÔI CÔNG UYÊN ƯƠNG GIÁN ĐỊA.



HÌNH 53

Hơi xoay tấn về hướng trái, tay trái cầm đốt côn thứ nhất đảo vòng tam tiết côn đánh đốt côn thứ ba về mặt tiền. Mắt nhìn thẳng về phía trước.
(xem hình 53)

LIÊN XÀ TẤN CƯỚC.

HÌNH 54

Chân trái thối về mặt hậu thân pháp nghiêng theo; hai tay cầm tam tiết côn cảng thẳng phía trước, tay phải cầm đốt côn thứ ba đầu côn hướng theo phần chân phải. Mắt nhìn thẳng về mặt tiền.
(xem hình 54)

LIÊN XÀ TẤN CƯỚC.

HÌNH 55

Thân pháp đứng lên chân phải làm trụ chân phải úc bàn chân về hướng tả, hai tay cảng thẳng tam tiết côn đốt côn giữa che lấy trước ngực. Mắt nhìn thẳng về mặt tiền.
(xem hình 55)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

UYÊN ƯƠNG XOAY THÂN TẢO TÚC.



HÌNH 56

Chân trái đặt về phía mặt hậu, tay trái cầm đốt côn thứ nhất đánh đảo vòng đốt thứ ba về mặt tiền thấp xuống. Mắt nhìn theo phần tam tiết côn đang sử dụng. (xem hình 56)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

UYÊN ƯƠNG XOAY THÂN TẢO TÚC.



HÌNH 57

Chân phải bước đảo vòng về mặt hậu qua phía trước chân trái hạ tấn thấp thành uyên ương phục tấn, tay trái cầm đốt côn thứ nhất gặt mạnh đốt côn thứ ba từ dưới chéo lên về mặt tiền. Mắt nhìn thẳng về phía trước. (xem hình 57)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

UYÊN ƯƠNG XOAY THÂN TẢO TÚC.



HÌNH 58

Xoay tấn về mặt hậu, tay trái cầm đốt côn thứ nhất đảo vòng thành ba vòng tròn trên đỉnh đầu. Mắt nhìn về mặt hậu.

(xem hình 58)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

UYÊN ƯƠNG XOAY THÂN TẢO TÚC.



HÌNH 59

Chân trái bước chéo qua chân phải về mặt tiền; tay trái cầm đốt côn thứ nhất đánh tam tiết côn thẳng một vòng tròn trên đỉnh đầu.

(xem hình 59)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

UYÊN ƯƠNG XOAY THÂN TẢO TÚC.



HÌNH 60

Chân trái đặt về mặt hậu tiếp tục đảo tam tiết côn thành một vòng tròn thấp xuống. Mắt nhìn thẳng về mặt tiền.

(xem hình 60)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

PHỤC HỔ CHUYỂN THÂN NHẤT CƯỚC.



HÌNH 61

Thân pháp đứng lên thành phục hổ tấn góp chân nhón lên, tay phải bắt lấy đốt côn thứ ba hai tay căng lấy tam tiết côn thẳng ra đặt chéo ngang phía trước thân pháp. Mắt nhìn thẳng về mặt tiền.
(xem hình 61)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

PHỤC HỒ CHUYỂN THÂN NHẤT CƯỚC.



HÌNH 62

Thân pháp đứng thẳng lên chân trái đặt chéo ra phía sau chân phải, hai tay đảo lấy tam tiết côn từ trái sang phải, tam tiết côn căng thẳng tay trái cầm đốt côn thứ nhất đầu côn hướng xuống, tay phải cầm đốt côn thứ ba đầu côn hướng lên. Mắt nhìn thẳng về mặt tiền.
(xem hình 62)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

PHỤC HỒ CHUYỂN THÂN NHẤT CƯỚC.



HÌNH 63

Hai tay xoay tiết côn đảo tay trái từ dưới lên trên đầu hướng lên căng thẳng tam tiết côn, tay phải cầm đốt côn thứ ba đầu côn hướng xuống. Chân trái đá cạnh bàn chân chẳng ra về phía tâ.
(xem hình 63)

(chuyển thức)

PHỤC HỔ CHUYỂN THÂN NHẤT CƯỚC.

HÌNH 64

Chân trái đặt xuống đồng thời xoay tần về hướng hữu; hai tay căng thẳng tam tiết côn đảo vòng chéo ngang che lấy phần thân pháp phía trước, tay phải cầm đốt côn thứ ba đầu côn hướng lên trên, tay trái cầm đốt côn thứ nhất đầu côn hướng xuống. Mắt nhìn về phía hữu.
(xem hình 64)

HOẠCH XÀ NHỊ BỘ LIÊN HOÀN.

HÌNH 65

Xoay thân pháp về mặt tiền, hai tay căng lấy tam tiết côn xoay theo thân pháp tam tiết côn chéo phía trước ngực, tay trái cầm đốt côn thứ nhất phía trên, tay phải cầm đốt côn thứ ba đặt song song với chân phải. Cảnh bàn chân phải đá thấp xuống về phía hữu. Mắt nhìn theo tầm cước pháp đang sử dụng. (xem hình 65)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

HOẠCH XÀ NHỊ BỘ LIÊN HOÀN.



HÌNH 66

Chân phải co lại, hai tay vẫn cẳng tam tiết côn phía trước thân pháp. Mắt nhìn về phía hữu.
(xem hình 66)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

HOẠCH XÀ NHỊ BỘ LIÊN HOÀN.



HÌNH 67

Chân phải đặt xuống làm trụ chân trái đá cạnh bàn chân về phía hữu, hai tay đảo lấy tam tiết côn theo thân pháp chuyển động, tay phải cầm đốt côn thứ ba đặt phía trên, tay trái cầm đốt côn thứ nhất đặt phía trước thắt lưng. Mắt nhìn về phía hữu.
(xem hình 67)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

HOẠCH XÀ NHỊ BỘ LIÊN HOÀN.



HÌNH 68

Xoay tấn về mặt tiền chân phải đặt xuống hạ tấn thấp duy chuyển bằng mũi bàn chân hai bước về phía trước; tay trái cầm đốt côn thứ nhất gặt mạnh điểm đốt côn thứ ba về mặt tiền. Mắt nhìn thẳng về phía trước.
(xem hình 68)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

PHỤC BỘ TẤN GIẢM PHONG QUYỆN LIÊN KHAI.



HÌNH 69

Thân pháp đứng lên thổi về mặt hậu hai bước chân đứng thành xà tự tấn, tay trái cầm đốt côn thứ nhất loan côn từ trái sang phải che lấy thân pháp. Mắt nhìn về mặt tiền.

(xem hình 69)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

PHỤC BỘ TẤN GIẢM PHONG QUYỆN LIÊN KHAI.



HÌNH 70

Tay phải bắt lấy đốt côn thứ ba, tay trái guộn lấy đốt côn giữa và đốt côn thứ nhất đặt phía trên, sau đó xoay thân pháp về hướng tả. Mắt nhìn thẳng về phía trước.
(xem hình 70)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

PHỤC BỘ TẤN GIẢM PHONG QUYỆN LIÊN KHAI.



HÌNH 71

Chân trái đặt về mặt hậu thành đinh tấn trái; hai tay cẳng tam tiết côn thẳng che lấp phía trước thân pháp, đoạn côn giữa nằm chéo ở phía trước thân pháp. Mắt nhìn về phía tả.
(xem hình 71)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

PHỤC BỘ TẤN GIẢM PHONG QUYỆN LIÊN KHAI.



HÌNH 72

Chân trái đặt chéo qua chân phải về mặt tiền thành xà tự tấn; hai tay cầm tam tiết côn đảo vòng ra phía sau che lấy thân pháp; tay phải cầm đốt côn thứ ba phía trước đầu côn hướng xuống tay trái cầm đốt côn thứ nhất đặt phía sau phần vai trái. Mắt nhìn về mặt tiền.
(xem hình 72)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

LĂNG CÔN CHUYỂN BỘ XÀ LIÊN THỦ.



HÌNH 73

Chân phải bước về phía phải thành đinh tấn phải; hai tay căng thẳng tam tiết côn đảo vòng tam tiết côn từ trái về mặt tiền, tay trái cầm đốt côn thứ nhất đặt phía dưới, tay phải cầm đốt côn thứ ba đặt phía trên. Mắt nhìn về phía hữu.
(xem hình 73)

(chuyển thức)

LĂNG CÔN CHUYỂN BỘ XÀ LIÊN THỦ.

HÌNH 74

Chân trái bước về mặt hậu; hai tay cẳng côn đảo vòng theo thân pháp yểm phía trước ngực, tay phải cầm đốt côn thứ ba hướng về mặt tiền, tay trái cầm đốt côn thứ nhất hướng về mặt hậu. Chân họ tấn thấp thành xà tấn phải. Mắt nhìn về mặt tiền.
(xem hình 74)

(chuyển thức)

LĂNG CÔN CHUYỂN BỘ XÀ LIÊN THỦ.

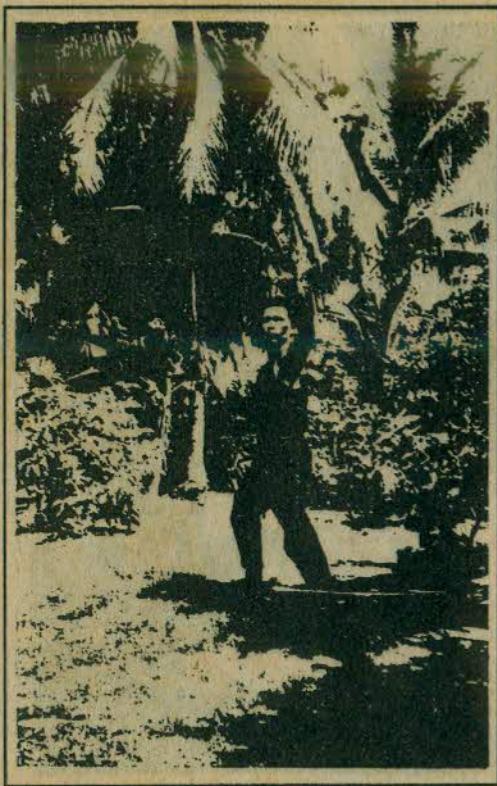
HÌNH 75

Chân phải bước về mặt hậu một tấn thành đinh tấn phải thấp; hai tay đảo tam tiết côn theo thân pháp cẳng thẳng đặt phía trước ngực, ngực hướng về mặt hậu. Mắt nhìn thẳng về phía trước.
(xem hình 75)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

LĂNG CÔN CHUYỂN BỘ XÀ LIÊN THỦ.



HÌNH 76

Thân pháp đứng lên, tay pháp đứng thành trung bình tấn; tay trái cầm đốt côn thứ nhất đánh đốt côn thứ ba đảo vòng về mặt tiền. Mắt nhìn theo tam tiết côn đang sử dụng.

(xem hình 76)

PHÂN TÁCH - DIỄN GIẢI:

(chuyển thức)

LĂNG CÔN CHUYỂN BỘ XÀ LIÊN THỦ.



HÌNH 77

Tiếp tục đảo côn đánh thành một vòng tròn trên đỉnh đầu. Chân vẫn đứng thành trung bình tấn. Mắt nhìn thẳng về mặt tiền.

(xem hình 77)

LẬP NHƯ TIỀN BÁI TỔ.



HÌNH 78

Tay phải bắt lấy đốt côn thứ ba, tay trái cầm đốt côn thứ nhất, hai tay đồng nâng tam tiết côn lên phía trước ngực. Chân đứng thành lập tấn. Mắt nhìn thẳng về phía trước.

Đó là động tác chào tổ đã đi xong bài TAM TIẾT CÔN (côn ba đoạn), PHƯỢNG HOÀNG KHỞI VỤC CÔN. (xem hình 78)

NÂNG CAO THỂ LỰC BẰNG VÕ THUẬT
TAM TIẾT CÔN

Võ sư : Bạch Long Hùng Tín

Chịu trách nhiệm xuất bản: ĐẶNG TẤN HƯƠNG

Biên tập : LẠI QUANG NGỌC

Trình bày : THU THỦY

Bìa : THU THỦY

Sửa bảng in : QUANG NGỌC

Thực hiện liên doanh : NGUYỄN ĐÌNH SƠN

In 1000 bản, khổ 13 x 19 cm

In tại : Xí nghiệp in Nguyễn Minh Hoàng

Số đăng ký KHXB 85 VHTT 269

Cục xuất bản cấp ngày : 21-03-2000

Quyết định xuất bản số : 541 ngày 30 - 08 - 2000

In xong và nộp lưu chiểu tháng 9 năm 2000

Nhà xuất bản tổng hợp Đồng Nai, số 4, Nguyễn Trãi,
Tp Biên Hòa – Đồng Nai.

Điện thoại: (061) 822613 - Ban biên tập : (061) 825292.

Ban giám đốc : (061) 847884.