

傅式八卦掌

八卦掌的拳理是要求練者在不斷的繞旋走轉中，改變敵我之間的距離及方向，避正擊斜，伺機進攻；出手講究隨機應變，發揮掌比拳和勾靈活多變的特性：

掌能代拳施捶打之能，又可代勾行撥擄之巧。其手法有推、托、蓋、劈、撞、搬、截、拿等；又在掌法的掩蔽下、邊走邊踢，做到使腿不見腿，其腿法有勾、撩、點、踹、撐、蹬、擺蓮、掃膛等；在身法的擰旋翻轉中，利用慣性力將敵人摔擲。將中國武術「遠踢(暗腿)、近打(掌打、擒拿)、貼身靠(靠撞、摔擲)」的特色發揮得淋漓盡致！

其運動之要點為腰如軸立、手如輪行、行步有蹉泥之意。用勁講究鼓盪，藉一開一合、一束一展，吸化敵勁同時發勁。

八卦掌歷史

清同治末年，董海川於北京肅王府任教時，八卦掌始為人所認識。及後，更與太極拳及形意拳同被譽為內家正宗。董師授藝時別出心裁，善於因材施教，將弟子原先所習練的拳技融合於八卦掌內，使八卦掌之拳技豐富起來。因而，門下弟子所傳之八卦掌又各具特色。

傅振嵩為八卦掌第三代傳人，師從董海川的弟子賈岐山。另外，受教於陳式太極拳傳人陳延禧多年，深得太極拳之三昧。又精研形意拳藝。因而博取三家所長：將形意之整勁、太極之柔化溶合於八卦掌中，創造風格獨特的傅式八卦掌。

1929年，傅師與北少林顧汝章、自然門萬籟聲、大聖劈掛耿德海及王少舟聯袂南下廣州授藝時，有「五虎下江南」之美譽。其間，技服兩廣群雄，名噪一時；更先後受聘於中央國術館總及兩廣國術館。其弟子孫寶剛受聘為香港精武體育會教練後，傅式八卦掌始傳於香港。