**【李宪】**

李宪（1954.07-），男，汉族，赵堡太极拳第十二代传人。18岁开始练拳，曾跟劈挂、八极拳名师候瑞胜学习通臂弹腿、劈挂、翻子拳，曾是新疆乌鲁木齐市职工业余武术队第一批学员，1991年拜武当赵堡太极拳第十一代传人刘瑞为师，习练赵堡太极拳至今。新疆民间传统武术研究会会长，丝绸之路风云武术馆副馆长兼总教练。

参加泰山国际武术节邀请赛荣获银奖，参加新疆太极拳比赛荣获第二名。

武当赵堡太极拳承传脉系：

蒋发一一邢喜槐一一张初臣一一陈敬柏一一张宗禹一一张彦一一陈清平一一和兆元一一和庆喜一一郑悟清一一刘瑞一一李宪