

<<易筋经>>

图书基本信息

书名：<<易筋经>>

13位ISBN编号：9787119056777

10位ISBN编号：7119056778

出版时间：2009-1

出版时间：外文出版社

作者：国家体育总局健身气功管理中心 编

页数：95

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<易筋经>>

### 内容概要

《健身气功丛书：易筋经（法文版）》内容丰富，适合于不同人群习练，具有祛病强身、延年益寿的功效。而且对基础和技术要领作了全面介绍。

<<易筋经>>

书籍目录

Chapitre Origine et evolution Chapitre Caractéristiques Chapitre Conseils pour pratiquer Chapitre  
Description des mouvements Section 1 Formes des mains et positions des pas Principales formes des mains  
Principales positions des pas Section 2 Exercices illustres Posture 1 韦驮献杵第一式 Posture  
2 韦驮献杵第二式 Posture 3 韦驮献杵第三式 Posture 4 摘星换斗势 Posture 5  
倒拽九牛尾势 Posture 6 出爪亮翅势 Posture 7 九鬼拔马刀势 Posture 8 三  
盘落地势 Posture 9 青龙探爪势 Posture 10 卧虎扑食势 Posture 11 打躬势  
Posture 12 掉尾势 Fermeture Annexe: Les points d'acupuncture mentionnes dans le livr

<<易筋经>>

章节摘录

插图：

<<易筋经>>

编辑推荐

《易筋经(法文版)》为外文出版社出版发行。

<<易筋经>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>