第一图书网, tushu007.com

<<六字诀>>

图书基本信息

书名：<<六字诀>>

13位ISBN编号：9787119056791

10位ISBN编号：7119056794

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：73

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

内容概要

《健身气功丛书·健身气功：六字诀》讲述了：六字诀养生法，是我国古代流传下来的一种养生方法，为吐纳法。
它的最大特点是：强化人体内部的组织机能，通过呼吸导引，充分诱发和调动脏腑的潜在能力来抵抗疾病的侵袭，防止随着人的年龄的增长而出现的过早衰老。

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

Chapitre I : Origine et evolutionChapitre II : CaracteristiquesChapitre III : Conseils pour pratiquerChapitre IV : Description des mouvementsPreparationPosition de departL'exercice de XuL'exercice de HeL'exercice de HuL'exercice de SiL'exercice de Chui

章节摘录

插图：

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

《六字诀(法文版)》为外文出版社出版发行。

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