

<<大舞>>

图书基本信息

书名：<<大舞>>

13位ISBN编号：9787119078854

10位ISBN编号：7119078852

出版时间：2012-7

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 编著

页数：108

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>

<<大舞>>

内容概要

Le Dawu fait partie des nouveaux exercices de ce genre créés sous la direction du Centre de gestion du qigong pour la santé relevant de l'Administration nationale chinoise de la culture physique et du sport. Ces nouveaux exercices, qui puisent leur idée directrice dans le dawu enregistré dans les documents antiques, mettent l'accent sur le flexionnement, l'étirement et la rotation des articulations du corps tout entier. A travers la danse, ils favorisent l'assouplissement des articulations et l'activation de la circulation du sang et du qi. Ils proposent des mouvements gracieux et faciles à pratiquer, qui s'adaptent aux différents groupes de pratiquants et aident à renforcer la constitution physique tout en guérissant des maladies et en prolongeant la longévité.

<<大舞>>

书籍目录

正文(法文)

编辑推荐

国家体育总局健身气功管理中心编写的这本《健身气功：大舞》的英文内容简介如下： Health Qigong — Dawu Exercises is one of the new health qigong breath and exercise regimens organized and compiled by the Chinese Health Qigong Association. This new exercise is based upon "Da Wu" which was recorded in ancient documents, with stress laid on flexing movements and rotation of joints throughout the body. Da Wu is a set of joint-relaxing dance exercises that has graceful movements and is easy to learn; it is suitable for people of varied abilities. Qigong helps prevent illnesses, improve health and prolong life. 本书是法文版。

<<大舞>>

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>