第一图书网, tushu007.com

<<流行双节棍>>

图书基本信息

书名：<<流行双节棍>>

13位ISBN编号：9787504849168

10位ISBN编号：7504849162

出版时间：2006-9

出版时间：农村读物出版社

作者：罗强

页数：78

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

第一图书网, tushu007.com

<<流行双节棍>>

内容概要

想炫耀时尚吗？
想酷显个性吗？
想美体健身吗？
年轻的朋友们，动起来！

第一图书网, tushu007.com

<<流行双节棍>>

书籍目录

Part 1 认识双节棍Part 2 双节棍的优点Part 3 双节棍的热身运动Part 4 双节棍的定势及反弹技术Part 5 双节棍的基础动作Part 6 双节棍的舞花动作Part 7 双节棍的实战动作Part 8 双节棍的辅助练习

第一图书网, tushu007.com

<<流行双节棍>>

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