

<<图解太极拳24式>>

图书基本信息

书名：<<图解太极拳24式>>

13位ISBN编号：9787533735517

10位ISBN编号：753373551X

出版时间：2006-9

出版时间：安徽科学技术出版社

作者：高翔

页数：57

字数：50000

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>

<<图解太极拳24式>>

内容概要

24式太极拳，因其是太极专家从杨式太极拳中精简而来，又仅24个招势，故常被叫做“简化太极拳”。

24式太极拳虽然动作不多，但能充分体现太极拳的运动特点，与传统的太极拳法相比，内容更精炼，结构更合理，动作更规范，在满足太极拳爱好者锻炼身体需要的同时，又便于掌握，易学易懂，费时少，收效快，所以流传极广，尤其为太极拳初学者所喜爱。

<<图解太极拳24式>>

书籍目录

24式太极拳简介 24式太极拳的动作名称 24式太极拳练法图解 学太极拳怎样入门

<<图解太极拳24式>>

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>