第一图书网, tushu007.com

<<24式太极拳入门与提高>>

图书基本信息

书名：<<24式太极拳入门与提高>>

13位ISBN编号：9787537726023

10位ISBN编号：7537726027

出版时间：2001-9

出版时间：山西科学技术出版社

作者：武冬

页数：325

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

《24式太极拳入门与提高（第2版）》包括24式太极拳的来历、特点与传统太极拳的不同之处，以及它的拳理、教与练、分解动作详讲、用法讲解、行拳要论等。
在每一个部分都有详尽的讲解，如在教与练部分有体表教学、练习方法等。
本书内容详尽全面，讲解深入浅出、通俗易懂，具有可动易学的特点，是太极拳入门者的极佳辅导教材。
《24式太极拳入门与提高（第2版）》采能通俗易懂的语言，把深刻拳理揭示出来，并且有配套的练习方法，对初学和有一定基础的人来说都具有可读性，而且，书中内容也是由浅出深，既有适用于初学者和内容，又有对想进一步再提高的指导内容。
对初学者来说，重点看动作外形的要求。
对有相当基础的练习者则侧重拳理的学习和对动作的意、气的把握。

<<24式太极拳入门与提高>>

书籍目录

1. 太极拳基础知识2.太极拳基本原理3. 24式太极拳教与练4. 24式太极拳动作分解详讲5. 24式太极拳动作用法详讲6. 24式太极拳动作连续图谱7. 24式太极拳行拳要论8. 练好教好24式太极拳实用回答

第一图书网, tushu007.com

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