

<<热辣塑身舞>>

图书基本信息

书名：<<热辣塑身舞>>

13位ISBN编号：9787807057499

10位ISBN编号：7807057491

出版时间：2008-3

出版时间：成都时代出版社

作者：宋扬

页数：89

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>

<<热辣塑身舞>>

内容概要

现在最受年轻人欢迎的、风靡全球迪吧舞厅的HIGH时尚魔体热舞，它激情、狂野、自由、随性，将Disco的动感，Jazz的节奏，Latin的热情，肚皮舞的sexy，Lounge的放松，HiP Hop的酷炫……世界流行最激舞风共治一炉！

热辣的音乐、扭动的身躯、放肆的呼吸，它能调动你全身的跳舞神经，让血液高温沸腾，全身细胞都燃烧起来，是Keep fit的最佳途径！

<<热辣塑身舞>>

作者简介

宋扬，著名风情舞蹈专家、肚皮舞专业教练宋扬Candy，擅长中东风情肚皮舞、热力魔体舞、拉丁舞、形体民族舞、街舞等，多次参加各类专业舞蹈比赛，获得优异成绩；长期海外巡回表演、办学、授课，广泛传播世界各地风情舞蹈。

北京舞蹈学院现心舞专业，现代舞歌舞团首席导师，美国有氧体适能协会专业健身指导员，中国首位肚皮舞导师，香港风情热舞表演团团长。

<<热辣塑身舞>>

书籍目录

CHAPTER ONE 最IN激辣热舞俱乐部超HIGH时尚热舞，挑起你的跳舞神经即兴自由的舞步动作特征
风靡全球的时尚魅力潮流最前线——热舞服饰时尚热舞负荷与强度热舞守则CHAPTER TWO 美体塑身
，热身运动“靛”出玉脖美颈同手同脚舞起来雕琢完美胸部美形加倍傲人腰臀塑造勾魂美腿柔姿美体
全身放松CHAPTER THREE 热舞串串烧——基础舞步练习媚力四射头部转动功婀娜款摆柔臂舞步波浪
起伏酥胸舞步激辣运腹扭腰舞步动感弹性抖腿舞步CHAPTER FOUR 完美风暴——舞蹈组合练习组合
一动感G0 G0 G0组合二妩媚性感

<<热辣塑身舞>>

章节摘录

插图：

<<热辣塑身舞>>

编辑推荐

《热辣塑身舞》由成都时代出版社出版。

<<热辣塑身舞>>

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>