第一图书网, tushu007.com

<<泰国拳>>

图书基本信息

书名：<<泰国拳>>

13位ISBN编号：9787810036139

10位ISBN编号：7810036130

出版时间：1998-05

出版时间：北京体育大学出版社

作者：董子红

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

书籍目录

目录
第一章 何谓泰国拳
第二章 泰国拳历史变迁
第三章 泰国拳拳坛今昔
第四章 泰国拳基本技术
第一节 泰拳基础知识
第二节 泰拳预备势
第三节 泰拳的步法
第四节 泰拳的拳法
第五节 泰拳的肘法
第六节 泰拳的膝法
第七节 泰拳的脚法
第八节 泰拳的防守法
第五章 泰国拳拳肘攻击法
第一节 泰拳拳法主动攻击
第二节 泰拳肘法主动攻击
第六章 泰国拳膝腿攻击法
第一节 泰拳膝法主动攻击
第二节 泰拳腿法主动攻击
第七章 泰国拳破拳肘反击法
第一节 泰拳破拳法反击术
第二节 泰拳破肘法反击术
第八章 泰国拳破膝腿回击法
第一节 泰拳破膝法反击术
第二节 泰拳破腿法反击术
第九章 泰国拳的哲理与智谋
第一节 哲理
第二节 智谋
第十章 泰国拳实战搏击秘技
第一节 泰拳的指导思想与特征
第二节 实战精髓——防守反击
第三节 精彩凶狠的跃击法
第四节 其他综合实战技巧
第十一章 泰国拳拳手训练法
第十二章 泰国拳竞赛规则
附录
一、泰拳高手与外国搏击手比武传记
二、世界搏击家对泰拳的评论
三、泰国拳坛近代高手录

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