

<<太极拳推手对练套路教与学>>

图书基本信息

书名：<<太极拳推手对练套路教与学>>

13位ISBN编号：9787810037938

10位ISBN编号：7810037935

出版时间：1996-12

出版时间：北京体育大学出版社

作者：阚桂香

页数：252

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>

<<太极拳推手对练套路教与学>>

内容概要

《太极拳推手对练套路（教与学）》太极拳推手是两人配合练习太极拳懂劲和技术的一种锻炼手段，它遵循“以静制动”，“以柔克刚”，“以小力胜大力”，“沾连粘随”，“不丢不顶”的原则，使用……太极拳推手有不同流派，其风格特点各异，且各派的动作规格也各不相同。为适应广大太极拳爱好者的迫切需要，中国武术研究院组织专家，……

<<太极拳推手对练套路教与学>>

书籍目录

前言一 太极拳推手概述二 太极拳推手劲的运用方法与训练三 太极拳推手对练套路练习说明四 太极拳推手对练套路基本功五 太极拳推手对练套路基本动作六 太极拳推手对练套路分动提示七 太极拳推手对练套路图解教学八 太极拳推手对练套路线路示意图九 武术太极拳推手竞赛规则

<<太极拳推手对练套路教与学>>

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>