

<<42式太极拳及其防身应用>>

图书基本信息

书名：<<42式太极拳及其防身应用>>

13位ISBN编号：9787810515283

10位ISBN编号：7810515284

出版时间：2001年01月

出版单位：北京体育大学出版社

作者：何瑞虹

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>

<<42式太极拳及其防身应用>>

内容概要

《42式太极拳及其防身应用》分成五个章节。

第一章，太极拳概述，介绍了太极拳起源与发展；太极拳的流派及特点等；第二章，太极拳的基本要求，以图文并茂的形式向读者讲解了体姿、基本技法等；第三章，42式太极拳基本功及基本动作则包括桩功、基本动作；第四章，42式太极拳套路，包括套路动作名称及线路、技术；第五章，42式太极拳攻防应用，介绍了太极拳的攻与防、42式太极拳攻防用法。

<<42式太极拳及其防身应用>>

书籍目录

第一章 太极拳概述

第二章 太极拳的基本要求

第三章 42式太极拳基本功及基本动作

第四章 42式太极拳套路

第五章 42式太极拳攻防应用

<<42式太极拳及其防身应用>>

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>