

<<曼舞靓姿小品>>

图书基本信息

书名：<<曼舞靓姿小品>>

13位ISBN编号：9787811002393

10位ISBN编号：7811002396

出版时间：2005-1

出版时间：北京体育大学出版社

作者：凌燕,张晓梅

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>

<<曼舞靓姿小品>>

内容概要

本书提炼芭蕾等4种不同风格舞蹈中对身体形态、姿态训练内容，针对普通女性的身体机能与美体需要，重新筛选、串联、组合、编排，形成较强针对性与塑造功能的，方便于各种环境下开展的，易于掌握并长期坚持的，舞蹈美体靓姿小品（舞蹈段落）。

本书配有VCD光盘以便于读者学练，并于《热舞瘦身小品》《局部塑形小品》及《瑜伽秀体小品》共同构成一个利用舞蹈元素健康美化女性的体系。

<<曼舞靓姿小品>>

书籍目录

相约芭蕾花样年华东方秀儿巴黎香艳

<<曼舞靓姿小品>>

章节摘录

插图

<<曼舞靓姿小品>>

媒体关注与评论

书评时尚领域中最热门的话题。

· 时尚健身系列。

<<曼舞靓姿小品>>

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>