

<<中国武术段位制系列教程>>

图书基本信息

书名：<<中国武术段位制系列教程>>

13位ISBN编号：9787040258288

10位ISBN编号：7040258285

出版时间：2009-9

出版范围：高等教育

作者：国家体育总局武术研究院

页数：160

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>

<<中国武术段位制系列教程>>

内容概要

本书是《中国武术段位制》咏春拳段位技术教程，由国家体育总局武术研究院组编，中国武术协会审定，围绕咏春拳段位技术考评内容和标准编写。

主要内容包括咏春拳概述以及一至六段段位技术的基本形态、单练套路、对打套路和拆招技法。

本书是大众习练咏春拳，考取国家武术段位的规定考试用书。

本书还可作为高等学校武术专业教材、大中小学武术教师培训教材和各级各类武术馆校教学用书。

<<中国武术段位制系列教程>>

书籍目录

第一章 咏春拳概述 第一节 咏春拳的历史沿革 第二节 咏春拳的基本技法 一、对人体静型技法的要求 二、对人体动态技法的要求 三、对整体运动技法的要求 四、对攻防技法的要求第二章 咏春拳段位技术图解 第一节 咏春拳一段技术图解 一、基本形态 二、单练套路 三、对打套路 四、拆招 第二节 咏春拳二段技术图解 一、基本形态 二、单练套路 三、对打套路 四、拆招 第三节 咏春拳三段技术图解 一、基本形态 二、单练套路 三、对打套路 四、拆招 第四节 咏春拳四段技术图解 一、基本形态 二、单练套路 三、对打套路 四、拆招 第五节 咏春拳五段技术图解 一、基本形态 二、单练套路 三、对打套路 四、拆招 第六节 咏春拳六段技术图解 一、基本形态 二、单练套路 三、对打套路 四、拆招附录

<<中国武术段位制系列教程>>

章节摘录

插图：

<<中国武术段位制系列教程>>

编辑推荐

《咏春拳》：中国武术段位制系列教程

<<中国武术段位制系列教程>>

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>