

<<武术基本功与基本动作>>

图书基本信息

书名：<<武术基本功与基本动作>>

13位ISBN编号：9787500919698

10位ISBN编号：7500919697

出版时间：2000-07-01

出版时间：人民体育出版社

作者：刘玉萍

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>

<<武术基本功与基本动作>>

内容概要

本书以简练的语言、生动的插图介绍了武术必备的肩臂功、腰功、腿功和武术的手型、步型、手法、步法、腿法、跳跃、平衡、跌扑滚翻等基本动作。

<<武术基本功与基本动作>>

书籍目录

第一章 基本功

第一节 肩臂功

第二节 腰功

第三节 腿功

第二章 基本动作

第一节 手型

第二节 步型

第三节 手法

第四节 步法

第五节 腿法

第六节 跳跃

第七节 平衡

第八节 跌扑滚翻

<<武术基本功与基本动作>>

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>