

<<健美操>>

图书基本信息

书名：<<健美操>>

13位ISBN编号：9787500933939

10位ISBN编号：7500933932

出版时间：2008-9

出版时间：肖光来 人民体育出版社 (2008-09出版)

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>

<<健美操>>

内容概要

<<健美操>>

书籍目录

第一章 健美操概第一节 健美操发展简况一、我国健美操运动发展简况(一)我国健身性健美操运动的产生与发展(二)我国竞技性健美操运动的产生与发展(三)我国健美操管理体系的建立二、国际健美操运动发展简况(一)健身性健美操运动的产生与发展(二)竞技性健美操运动的产生与发展(三)国际健身协会和竞技性健美操组织介绍第二节 健美操运动基础知识一、健美操运动的概念二、健美操运动的特点三、健美操运动的分类四、健美操运动的功能第三节 健美操运动的发展趋势一、健身性健美操的发展趋势二、竞技性健美操的发展趋势第二章 健美操术语第三章 健美操基本动作第四章 健美操教学第五章 健美操教学课第六章 健美操运动的科学理论基础第七章 健美操创编第八章 竞技性健美操训练法第九章 健美操的音乐第十章 健美操组合范例第十一章 健美操特殊课种介绍第十二章 健美操竞赛的组织与裁判法

<<健美操>>

编辑推荐

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>