

<<武术>>

图书基本信息

书名：<<武术>>

13位ISBN编号：9787544008396

10位ISBN编号：7544008398

出版时间：1996-02

出版时间：山西教育出版社

作者：赵惠明

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>>

书籍目录

目 录

第一章 武术十式

第一节 甩头亮掌

第二节 大鹏展翅

第三节 前俯下腰

第四节 砸拳踢腿

第五节 马步推指

第六节 歇步亮掌

第七节 仆步盖掌

第八节 摆掌蛇形

第九节 撩踢跳跃

第十节 云手收势

第二章 套路

第一节 少年基础拳术第一路

第二节 匕首小套

第三章 基本功法

第一节 腿法、跳跃

第二节 基本动作

第三节 组合动作

附：武术培训班训练纲目

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>