

<<拳击实战提高>>

图书基本信息

书名：<<拳击实战提高>>

13位ISBN编号：9787810039925

10位ISBN编号：781003992X

出版时间：1995-08

出版时间：北京体育大学出版社

作者：安迪

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>

<<拳击实战提高>>

书籍目录

目录

第一篇 防守还击绝招

- 一、拳阻挡防各拳法还击实用法
- 二、肘阻挡防各拳法还击实用法
- 三、手格挡防各拳法还击实用法
- 四、前臂挡防各拳法还击实用法
- 五、手拍击防各拳法还击实用法
- 六、侧身闪防各拳法还击实用法
- 七、后移摆脱防各拳法还击实用法
- 八、下潜避防各拳法还击实用法
- 九、摇避防各拳法还击实用法

第二篇 拳击实战大连环绝招

- 一、攻击、攻击、再攻击大连环用法
- 二、防守、攻击、再攻击大连环用法
- 三、攻击、防守、再攻击大连环用法
- 四、防守、防守、再攻击大连环用法

<<拳击实战提高>>

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>