

<<跆拳道快速入门>>

图书基本信息

书名：<<跆拳道快速入门>>

13位ISBN编号：9787810513159

10位ISBN编号：781051315X

出版时间：1999-1-1

出版时间：北京体育大学出版社

作者：李德祥

页数：386

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>

<<跆拳道快速入门>>

内容概要

本书是为没有教师指导的跆拳道爱好者编写的教材。

初学者按照本书的顺序和练习方法，循序渐进，持之以恒，勤学多思，就会掌握跆拳道运动的规律，快速步入跆拳道运动的殿堂。

书中附有八品升段指导。

本书前言

特色及评论

文章节选

跆拳道的发展有着悠久的历史。

原始跆拳道处在萌芽阶段时，它与人害求生的本能活动及其生存的需要密切相关。

在远古时代，为类居

<<跆拳道快速入门>>

作者简介

作者简介

李德祥，哈尼族，云南红河州绿春县人。

1982年毕业于云南师范大学体育学院。

现任云南师范大学体育学院教授，中国体育科学学会会员，全国高校运动医学研究学会会员，云南省武术协会常委，国家一级武术套路、散打、跆拳道裁判。

10余年来，在从事武术教学训练的同时，积极从事跆拳道和拳击运动的教学训练和学术研究，先后发表30余篇武术、跆拳道和拳击方面的学术论文，并出版了《武术初学指南》、《跆拳道训练教程》等专著。

名字收

入《中国武术名人辞典》中。

曾荣获

国家体委颁发的雄狮最高奖章。

<<跆拳道快速入门>>

书籍目录

第一章风行世界的跆拳道

第二章跆拳道基本知识

第三章跆拳道基础训练

第四章跆拳道基本攻防技术

第五章跆拳道品势技术图解

第六跆拳道的国际性与等级

附录一：升品、段年限及年龄要求

附录二：升品、段应审科目

附录三：跆拳道常用名词术语

<<跆拳道快速入门>>

媒体关注与评论

书评本书目录简介：第一章风行世界的跆拳道，第二章跆拳道基本知识，第三章跆拳道基础训练等。

<<跆拳道快速入门>>

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>