

<<跆拳道实战绝技>>

图书基本信息

书名：<<跆拳道实战绝技>>

13位ISBN编号：9787810514897

10位ISBN编号：781051489X

出版时间：2000-6-1

出版时间：北京体育大学出版社

作者：李德祥,沈达政

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>

<<跆拳道实战绝技>>

内容概要

本书以跆拳道基本知识、基本技法、实战要诀、初级实战技巧、高级实战技巧、身体素质强化训练、如何安排你的练习等七章，介绍跆拳道实战绝技，并配有869幅技术图加以直观解释，力求系统、简洁、实用、易学易会，以期对跆拳道爱好者有所帮助。

<<跆拳道实战绝技>>

书籍目录

- 第一章 跆拳道基本知识
- 第二章 跆拳道基本技法
- 第三章 跆拳道实战要诀
- 第四章 跆拳道初级实战技巧
- 第五章 跆拳道高级实战技巧
- 第六章 身体素质强化训练
- 第七章 如何安排练习

<<跆拳道实战绝技>>

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>