

<<跆拳道>>

图书基本信息

书名：<<跆拳道>>

13位ISBN编号：9787883526865

10位ISBN编号：7883526863

出版时间：2006-9

出版时间：大连音像

作者：卓文工作室

页数：143

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>>

### 内容概要

跆拳道考级必修课，从白带新手到威力超群的黑带，快速提高，轻松晋级，练就卓尔不凡的韩国武道，风靡全球韩国武道文化，坚韧精博东方强身武术，奥运会正式比赛项目，第28届（雅典）奥运会中国（含中国台北）获4金1银世界最佳战绩。

## <<跆拳道>>

### 书籍目录

#### Part1 跆拳道初学者必修课

第一节 跆拳道白带十级学习内容

第二节 跆拳道白带九级学习内容

#### Part2 跆拳道考级必修课

第一节 白带升黄带（八级考试）

第二节 黄带升绿带（七级考试）

第三节 绿带升蓝带（六级考试）

第四节 蓝带升橙带（五级考试）

第五节 橙带升棕带（四级考试）

第六节 棕带升红带（三级考试）

第七节 红带升红黑带（二级考试）

第八节 红黑带升黑带（一级考试）、

#### Part3 实战技巧——格斗

何谓跆拳道

跆拳道的礼仪

跆拳道考级须知

跆拳道的品势

跆拳道道服、护具脚靶及沙袋!

跆拳道的气合

跆拳道口令的韩语发音

人体主要攻击部位

人体防守要害部位

跆拳道的级别

跆拳道的作用

<<跆拳道>>

编辑推荐

WTF韩国国技院专级标准教程 轻松亚级黑带高手 迅速提高实战能力 礼义廉耻 忍耐克己 百白不屈

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>