

<<埃及纤体肚皮舞>>

图书基本信息

书名：<<埃及纤体肚皮舞>>

13位ISBN编号：9787883527831

10位ISBN编号：7883527835

出版时间：1970-1

出版时间：大连音像出版社

作者：本社 编

页数：118

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>

<<埃及纤体肚皮舞>>

内容概要

***灵蛇舞妩媚性感，是埃及肚皮舞中独一无二的特色舞种。

它模仿蛇的身体动作，以表现女子的妩媚和体态的妖娆。

蛇舞非常强调对身体关节和肌肉的控制，在无尽的扭动中，你会感觉自己像一条沉睡千年的灵蛇，在音乐的指引下，蜿蜒盘旋、翩翩舞动。

***指钹舞典雅唯美，浸润着埃及女子特有的神秘、纤巧的气质美，热烈而不失舒缓，柔曼而不流于松散，展现独特的动态曲线美。

***轻纱舞曼妙柔美，伴着神秘梦幻的音乐，手持轻纱翩跹起舞，眼波流转，眉目传情，让你自然散发惊人的美丽和诱惑力。

***鼓点舞热情柔韧，踩着节奏欢快的鼓点，柔韧的身体振、颤、抖、转……热情释放，唤醒深藏于体内的媚惑神秘。

<<埃及纤体肚皮舞>>

书籍目录

PART 1 肚皮舞，舞动中的万种风情 1. 异域风情肚皮舞，腹肌的欢畅舞蹈 2. 追溯肚皮舞的美丽起源与发展 3. 绚丽多姿的肚皮舞流派与风格 4. 精美绝伦的肚皮舞道具PART 2 让肚皮舞更具风情的基本动作&收尾运动 1. 提升肚皮舞美感的基本动作 2. 舒缓身体紧张的收尾运动PART 3 音乐响起，舞姿翩跹，让我们一起跳吧 妩媚性感灵蛇舞 双蛇手 灵蛇手+身体波浪 灵蛇手+身体波浪 八爪鱼 典雅唯美指钹舞 第一段 抖臀 双手柔波 身体前波浪 身体侧波浪 四方位扭臀 左右移换步+提臀 第二段 转腰 髋关节环绕 曼妙柔美轻纱舞 第一段 双腿弓步 字圆胯 身体波浪 第二段 分腿身体波浪 肩部西迷 大波浪柔臂(向外) 手臂拨动 西迷PART 4 在世界舞台上大放异彩的肚皮舞舞蹈家 1. 埃及舞台 2. 美国舞娘附录：迷醉肚皮舞国度——来一趟梦纪中东之旅

<<埃及纤体肚皮舞>>

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>