第一图书网, tushu007.com

<<武当秘门技击术>>

图书基本信息

书名：<<武当秘门技击术>>

13位ISBN编号：9787500922759

10位ISBN编号：7500922752

出版时间：2002-5

出版时间：人民体育出版社

作者：高翔

页数：327

字数：75000

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

第一图书网, tushu007.com

<<武当秘门技击术>>

内容概要

本书深入浅出地介绍了武当七仙门的形成发展和自身独特的风格，并从拳、掌、脚、爪、眼、秘门内功、柔功、硬功等各个方面绝技招式，帮助初学者充分地领会其中的奥秘，迅速提高武术水平。

第一图书网, tushu007.com

<<武当秘门技击术>>

书籍目录

第一章 打法绝招 第一节 重打术 第二节 快打术 第三节 抓打术 第四节 格打术 第五节 闪打术第二章 擒拿绝招 第一节 颈颌擒拿术 第二节 指腕擒拿术 第三节 臂肘擒拿术 第四节 肩根擒拿术 第五节 腰髋擒拿术 第六节 腿膝擒拿术 第七节 踝趾擒拿术结束语

第一图书网, tushu007.com

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