

<<四十八式太极拳>>

图书基本信息

书名：<<四十八式太极拳>>

13位ISBN编号：9787500931768

10位ISBN编号：750093176X

出版时间：2007-8

出版时间：人民体育出版社

作者：本社

页数：175

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>

<<四十八式太极拳>>

内容概要

四十八式太极拳共有48个姿势动作，包括拳、掌、勾3种手型；弓步、虚步、仆步、歇步、丁步、半马步、独立步等9种步型；分脚、蹬脚、排脚、摆莲脚4种腿法以及多种多样的手法、步法。本书介绍了四十八式太极拳的基本技术要领、练习步骤、动作图解说明、动作名称、动作连续图等，并配257幅动作示意图。

<<四十八式太极拳>>

书籍目录

一、四十八式太极拳的特点二、四十八式太极拳的基本技术要领三、四十八式太极拳的练习步骤四、四十八式太极拳动作图解说明五、四十八式太极拳动作名称六、四十八式太极拳动作图解七、四十八式太极拳动作路线示意图八、四十八式太极拳动作连续图

<<四十八式太极拳>>

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>