

<<空手道>>

图书基本信息

## <<空手道>>

### 内容概要

本书由经验丰富的空手道教练执笔撰写，地空手道运动的训练提供了详尽的、阶梯式的指导，详细地讲述了该如何练习冲拳、踢打、防守等基本技术，如何进行技术的组合等高级技巧。此外，本书对如何参加空手道运动比赛提供了指导性的建议。书中所有的训练步骤，都配有精确而漂亮的插图和照片。

<<空手道>>

作者简介

译者：王绍兵 编者：（英国）斯蒂潘（Stepan Charles A.）

<<空手道>>

书籍目录

1、简介2、准备阶段3、技术要素4、学习基本技术5、型和组手6、空手道体育运动7、空手道和自卫联系方式术语汇编

<<空手道>>

章节摘录

书摘2

## <<空手道>>

### 媒体关注与评论

书评空手道是一项越来越受到广泛认可的武术运动。

近年来，这项运动深受世界各地人们的欢迎。

对于初学者，本书是实用的工具书。

对于有经验者，它也是有价值的参考书。

<<空手道>>

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>