

<<泰国拳>>

图书基本信息

书名：<<泰国拳>>

13位ISBN编号：9787535227515

10位ISBN编号：7535227511

出版时间：2002-1

出版时间：湖北科学技术出版社

作者：马世坤

页数：169页

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>

<<泰国拳>>

内容概要

本书内容包括：概述、泰拳的基本知识、泰拳的基本技术、泰拳的进攻技术、泰拳的防守反击、泰拳的战术等。

<<泰国拳>>

书籍目录

1 概述2 泰拳的基本知识3 泰拳的基本技术4 泰拳的进攻技术5 泰拳的防守反击6 泰拳的战术泰拳竞赛规则职业泰拳竞赛规则

<<泰国拳>>

章节摘录

版权页：插图：（三）速度 泰拳搏斗时动作疾如闪电，每个动作都可能成为成败的决定性因素，身手敏捷是拳手取胜的条件之一。

速度的养成，是有先天性的，亦可通过训练达到理想的水准，基本要求是体格结实，使肌肉发挥出其最大功能。

锻炼速度，除基本体能及速度训练外，还要熟练各种招数，磨练攻防意识。

有了很好的攻防意识和练熟了各种招式，才能得心应手，用招时方可快如流星，疾如闪电，达到收发自如境界。

所以有意识培养自己的动作速度、反应速度是很重要的。

（四）智谋也是武术的要素之一。

武术一道，以技术取胜，追求智谋的奇巧，拳师相斗，以己之长击人，制其死命。

同时，须避敌锋芒，使之不能逞强，无论他有什么武功或手法，都能从容应付，进而破之。

此正所谓：“拳无不可破，胜在智中求。”

”我国古代伟大战略家孙武，在他的著名兵法理论中云：“知彼知己，百战不殆。

”又说：“凡战者，以正合，以奇胜。

故善出奇者，无一如天地，不竭如江河。

战势不过奇正，奇正之变，不可胜一也。

奇正相生，如循环之无端，孰能一之？

”。

还说：“夫兵象水。

水之形，避高而趋下。

兵之形，避实而击虚。

水因地而制流，兵因敌而制胜。

故兵无常势，水无常形。

能因敌变化而取胜者，谓之神。

”孙武之言，对于泰拳搏斗同样适用，其意思无非是指用兵用武中“智谋”的重要性。

在擂台比武中，头脑简单、不会用计的一介武夫是永远不能取胜的。

<<泰国拳>>

编辑推荐

《泰国拳》技术、理论精选合理、重点突出；图文并茂、简单易学，是广大业余爱好者看图索骥、自修自练的最通俗的读本。

我衷心地祝愿该系列丛书能给广大读者带来健康和安全的福音。

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>