

<<吴式太极拳左右精练40式>>

图书基本信息

书名：<<吴式太极拳左右精练40式>>

13位ISBN编号：9787801654953

10位ISBN编号：7801654951

出版时间：2008-5

出版时间：中国海关出版社

作者：梁秀珍

页数：110

字数：100000

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>

<<吴式太极拳左右精练40式>>

内容概要

本书是作者多年习练吴氏太极拳术的实践与经验的精练总结和心血结晶，主要内容包括：《吴氏太极拳左右精练40式》简介、基本技术规格、套路讲解及图示、第一段、第二段、第三段、第四段等。本书图文并茂，值得珍藏。

<<吴式太极拳左右精练40式>>

书籍目录

序一：在全民健身运动中发挥骨干作用序二：老骥伏枥，志在四方序三：国术传南国，春来发几枝前言《吴氏太极拳左右精练40式》简介 继承传统，突出重点 内容精炼，编排合理 左右匀称，全面锻炼 转接合顺，易学易记基本技术规格 一、主要手型 二、主要步型 三、身型 四、身法 五、主要腿法 六、眼法套路讲解及图示 预备式第一段 一、超势 二、左提手上势 三、右白鹤亮翅 四、左右搂膝拗步 五、左手挥琵琶 六、左上步搬拦锤 七、左如封似闭 八、左右野马分鬃 九、左揽雀尾第二段第三段第四段吴氏太极拳左右精练40式动作线示意图跋 教拳育人，弘扬太极

<<吴式太极拳左右精练40式>>

章节摘录

插图：

<<吴式太极拳左右精练40式>>

编辑推荐

《吴式太极拳左右精练40式》图文并茂，值得珍藏。

<<吴式太极拳左右精练40式>>

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>