

<<拳击>>

图书基本信息

书名：<<拳击>>

13位ISBN编号：9787807209256

10位ISBN编号：7807209259

出版时间：2008-1

出版时间：吉林出版集团有限责任公司

作者：李伟亮 编

页数：90

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>

## <<拳击>>

### 内容概要

为配合阳光体育运动的开展，吉林出版集团组织有关专家和一线体育工作者，共同编著了这套《阳光体育运动丛书》。

希望本丛书的出版，能为各级各类学校开展阳光体育运动辅以指导和帮助。

《拳击》为该系列之一的《拳击》分册。

现代拳击运动是奥运会正式比赛项目，也是深受世界各国人民喜爱的格斗对抗项目。

<<拳击>>

书籍目录

第一章 概述第一节 起源与发展第二节 特点与价值第二章 运动保护第一节 生理卫生第二节 运动前准备  
第三节 运动后放松第四节 恢复养护第三章 场地和装备第一节 场地第二节 装备第四章 基本技术第一节  
基本动作第二节 基本拳法第三节 防守与反击第四节 闪躲防守与反击第五章 实战战术第一节 阻挡反击  
第二节 拍击反击第三节 闪躲反击第四节 主动进攻第六章 比赛规则第一节 程序第二节 裁判



<<拳击>>

#### 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>