

<<泰国拳>>

图书基本信息

书名：<<泰国拳>>

13位ISBN编号：9787810036139

10位ISBN编号：7810036130

出版时间：1998-05

出版时间：北京体育大学出版社

作者：董子红

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>>

书籍目录

目录

- 第一章 何谓泰国拳
 - 第二章 泰国拳历史变迁
 - 第三章 泰国拳拳坛今昔
 - 第四章 泰国拳基本技术
 - 第一节 泰拳基础知识
 - 第二节 泰拳预备势
 - 第三节 泰拳的步法
 - 第四节 泰拳的拳法
 - 第五节 泰拳的肘法
 - 第六节 泰拳的膝法
 - 第七节 泰拳的脚法
 - 第八节 泰拳的防守法
 - 第五章 泰国拳拳肘攻击法
 - 第一节 泰拳拳法主动攻击
 - 第二节 泰拳肘法主动攻击
 - 第六章 泰国拳膝腿攻击法
 - 第一节 泰拳膝法主动攻击
 - 第二节 泰拳腿法主动攻击
 - 第七章 泰国拳破拳肘反击法
 - 第一节 泰拳破拳法反击术
 - 第二节 泰拳破肘法反击术
 - 第八章 泰国拳破膝腿回击法
 - 第一节 泰拳破膝法反击术
 - 第二节 泰拳破腿法反击术
 - 第九章 泰国拳的哲理与智谋
 - 第一节 哲理
 - 第二节 智谋
 - 第十章 泰国拳实战搏击秘技
 - 第一节 泰拳的指导思想与特征
 - 第二节 实战精髓 防守反击
 - 第三节 精彩凶狠的跃击法
 - 第四节 其他综合实战技巧
 - 第十一章 泰国拳拳手训练法
 - 第十二章 泰国拳竞赛规则
- 附录
- 一、泰拳高手与外国搏击手比武传记
 - 二、世界搏击家对泰拳的评论
 - 三、泰国拳坛近代高手录

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>