

<<健身太极拳>>

图书基本信息

书名：<<健身太极拳>>

13位ISBN编号：9787810037273

10位ISBN编号：7810037277

出版时间：1993-11

出版时间：北京体育大学出版社

作者：张金普

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>

## <<健身太极拳>>

### 书籍目录

#### 目录

- 一、太极拳与健身
- 二、太极拳功理概述
- 三、太极拳功法概述
- 四、杨式大架太极拳
  - (一) 杨式大架太极拳动作名称
  - (二) 杨式大架太极拳帮学歌诀
  - (三) 杨式大架太极拳动作说明
- 五、杨式小架太极拳
  - (一) 杨式小架太极拳动作名称
  - (二) 杨式小架太极拳帮学歌诀
  - (三) 杨式小架太极拳动作说明
- 六、太极对拳
  - (一) 太极对拳简介
  - (二) 太极对拳动作名称
  - (三) 太极对拳帮学歌诀
  - (四) 太极对拳动作说明

<<健身太极拳>>

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>