

<<膝法大擂台>>

图书基本信息

书名：<<膝法大擂台>>

13位ISBN编号：9787810510592

10位ISBN编号：7810510592

出版时间：1996-08

出版时间：北京体育大学出版社

作者：安在峰

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>

<<膝法大擂台>>

书籍目录

目录

第一章 基本膝法与练习

第一节 顶膝

第二节 撞膝

第三节 拐膝

第四节 斜顶膝

第五节 横撞膝

第六节 飞膝

第二章 单膝主动攻击法

第一节 顶膝击法

第二节 撞膝击法

第三节 拐膝击法

第四节 斜顶膝击法

第五节 横撞膝击法

第六节 飞膝击法

第三章 单膝连环主动攻击法

第一节 顶膝连击

第二节 撞膝连击

第三节 拐膝连击

第四节 斜顶膝连击

第五节 横撞膝连击

第六节 飞膝连击

第四章 混合连膝主动攻击法

第一节 顶膝与其它膝法配合连击

第二节 撞膝与其它膝法配合连击

第三节 拐膝与其它膝法配合连击

第四节 斜顶膝与其它膝法配合连击

第五节 横撞膝与其它膝法配合连击

第五章 拳膝配合连击法

第一节 直拳与各种膝法配合连击

第二节 抄拳与各种膝法配合连击

第三节 贯拳与各种膝法配合连击

第六章 掌膝配合连击法

第一节 推掌与各种膝法配合连击

第二节 扇劈掌与各种膝法配合连击

第七章 膝肘配合连击法

第一节 顶膝与肘配合连击

第二节 撞膝与肘配合连击

第三节 拐膝与肘配合连击

第四节 斜顶膝与肘配合连击

第五节 横撞膝与肘配合连击

第六节 飞膝与肘配合连击

第八章 膝腿配合连击法

第一节 顶膝与腿配合连击

第二节 撞膝与腿配合连击

<<膝法大擂台>>

第三节 拐膝与腿配合连击

第四节 斜顶膝与腿配合连击

第五节 横撞膝与腿配合连击

第六节 飞膝与腿配合连击

第九章 膝防还击法

第一节 膝防腿法还击

第二节 膝防膝法还击

第三节 膝防肘法还击

第四节 膝防手法还击

第十章 防守膝还击法

第一节 防拳膝还击

第二节 防肘膝还击

第三节 防膝膝还击

第四节 防腿膝还击

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>