

<<养生太极掌 第1套>>

图书基本信息

书名：<<养生太极掌 第1套>>

13位ISBN编号：9787810513234

10位ISBN编号：7810513230

出版时间：1998-08

出版时间：北京体育大学出版社

作者：张广德

页数：110

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>

<<养生太极掌 第1套>>

内容概要

养生太极掌包括强心益肺太极掌、滋肾补脾太极掌等，属中华导引养生学的重要组成部分，也是中华导引养生功高层次内容之一。

它是根据人体发病的病因、病理为依据，以疏导有关经路、畅销有关气血和采日月之精华手段，以柔和缓慢、连绵不断的行进走旋、摆扣磨转、变换多端、协调自然为运动形式，以“天人合一”、“人地相关”、“心身一致”的整体观，辩证立法、对证选势创编而成。

<<养生太极掌 第1套>>

作者简介

张广德，教授，1932年生，河北唐山人。

曾任北京体育大学导引养生功研究室主任，中国高等教育学会导引养生学心业委员会会长。

现任北京体育大学导引养生功研究会学术学会常委、副秘书长。

1959年和1963年先后毕业于北京体育学院本科和研究生部，留校工作后，先从事武术教学，后

<<养生太极掌 第1套>>

书籍目录

第一章 养生太极掌（第一套）简介第二章 养生太极掌（第一套）手型、步型、步法、腿法介绍第三章 养生太极掌（第一套）动作说明第四章 养生太极掌（第一套）主要功能第五章 养生太极掌（第一套）录相带解说词

<<养生太极掌 第1套>>

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>