

<<泰拳技巧图解>>

图书基本信息

书名：<<泰拳技巧图解>>

13位ISBN编号：9787810517218

10位ISBN编号：781051721X

出版时间：2002-11-1

出版时间：北京体育大学出版社

作者：武兵

页数：173

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>

## <<泰拳技巧图解>>

### 内容概要

泰拳是一种运用拳、肘、腿、膝进行实战对搏的功夫，注重功力纯至和技术精细，其中“铁肘、钢膝、千金腿”被誉为泰拳的“三大杀手锏”，在擂台上曾令许多的功夫高手俯首称臣。

修炼泰拳可以强健身体，感悟拳理，修筑神勇的心境并争雄擂台。

如今学练泰拳者遍及五大洲百余个国家和地区，不少泰拳师被各国重金聘用传授泰拳，其礼遇之高、薪金之厚令世人羡慕不已。

随着中国功夫与泰国拳的交锋，人们领略了具有“五百年天下无敌婢”的泰拳的精功绝技，在中国掀起了一股空前的了解、研究和学习掌握泰拳的热潮。

时逢佳际，笔者将多年研习泰拳的所知所感倾心撰成此书，旨在令广大泰拳爱好者的学练时有所收益，而以此为最大的快乐。

## <<泰拳技巧图解>>

### 书籍目录

一、泰拳发展源史 (一) 昔日泰拳 (二) 今日泰拳  
二、泰拳基本技术 (一) 泰拳步技 (二) 泰拳拳技 (三) 泰拳肘技 (四) 泰拳腿技 (五) 泰拳膝技 (六) 泰拳摔技  
三、泰拳实战技法 (一) 主动进攻拳法战例 (二) 防守反击拳法战例 (三) 主动进攻肘法战例 (四) 防守反击肘法战例 (五) 主动进攻腿法战例 (六) 防守反击腿法战例 (七) 主动进攻膝法战例 (八) 防守反击膝法战例 (九) 泰拳综合实战技法 (十) 泰拳基本防守技法  
四、泰拳基本理论 (一) 拜师仪式 (二) 人体要害 (三) 发力精髓 (四) 精神灵魂 (五) 训练乐趣 (六) 贴身近战 (七) 对博战术 (八) 泰拳的要素 (九) 泰拳的特点  
五、泰拳体能、功力、技术训练.....  
六、泰拳比赛规则  
七、泰拳损伤疗法  
八、泰拳心法  
九、泰拳自修要旨

<<泰拳技巧图解>>

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>