

<<中华正阳拳 下集(VCD)>>

图书基本信息

书名：<<中华正阳拳 下集(VCD)>>

13位ISBN编号：9787880773217

10位ISBN编号：7880773215

出版时间：1900-01-01

出版时间：中国文联音像出版社

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>

## <<中华正阳拳 下集(VCD)>>

### 内容概要

武术是中华民族优秀的传统文化，伴随着中国发展至今，它具有强身健体、锻炼意志、陶冶性情等功能。

中华正阳拳的特点是：把传统的武术基本功、现代的武术初级拳术套路以及舞台艺术造型融为一体，使得整套拳术动作舒展大方，劲顺击长、刚柔相继、节奏鲜明。同时，根据拳术的风格特点，选配了节奏很强的音乐《中国人》，演练时给人一种精神振奋的感觉。中华正阳拳全套动作分三大段，我们将分成14讲为您进行教学和示范。

<<中华正阳拳 下集(VCD)>>

书籍目录

01 第九讲 第二段综合讲解 02 第二单元 慢动作演示 03 第十讲 仆步抱拳 弓步勾手推掌 虚步栽拳 04 第十一讲 弓步削掌 立步亮掌 立步勾手 05 第十二讲 弓步推掌 推掌勾手 马步双推掌 06 第十三讲 提膝穿掌 仆步穿掌 弓步亮掌 07 第十四讲 第三段综合讲解 08 第三段 慢动作演示 09 全套动作综合演示

<<中华正阳拳 下集(VCD)>>

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>