

<<嘻哈动感街舞>>

图书基本信息

书名：<<嘻哈动感街舞>>

13位ISBN编号：9787883526209

10位ISBN编号：7883526200

出版时间：大连音像出版社

作者：梁凌

页数：90

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>

<<嘻哈动感街舞>>

内容概要

源自美国黑人的街头舞蹈，极具爆发力的动作，舞动全身的超强塑形效果！
舞姿越酷，身材越扁！

B-boy、B-girls，亮出你的时尚旗帜，秀出你的最拽的舞姿，快乐享“瘦”，还看嘻哈！

欧洲街头的极限狂飙——最热嘻哈舞式 热辣Hip-Hop；旧派Hip-Hop；新派Hip-Hop；电
流舞；肌肉震爆舞；机械舞；地板舞；战斗舞；锁舞；新爵士；浩室；自由风 狂热风暴，酷炫组
合HOT!HOT! 嘻哈暴龙；街头霸王；酷冷至尊；决战精舞门 解读Hip-Hop文化四大元素
：B-Boy、MC、DJ、涂鸦 欧美Hip-Hop音乐5大高手 BlackStar、MixMaster Mik、DJ Spooky
、Eminem、Jurassic5 流行街舞装备宝鉴：宽大的T恤、酷酷的滑板鞋

<<嘻哈动感街舞>>

书籍目录

Part1街头的极限狂飙——Hip-Hop1.用肢体语言酷我——解读街舞2.Hip-Hop潮之欧美风暴3.健身最嘻哈!越嘻哈越时尚越嘻哈越有型越嘻哈越无忧越嘻哈越年轻4.嘻哈怎么跳才够炫?

Part2嘻哈热身动起来!

1.肩部练习2.胸部练习3.腰部练习4.臀部练习5.大腿内侧练习6.膝部练习7.脚踝练习Part3嘻哈舞风,各路舞式热辣Hip-Hop|旧派Hip-Hop新派Hip-Hop电流舞肌肉震爆舞机械舞地板舞战斗舞锁舞新爵士浩室自由风Part4.....

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>